

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 17.04.2024 г.
Возрастная категория от 1,5 до 7 лет

№ рец-ры	Наименование блюда	Химический состав/Ясли					Химический состав/Сад				
		Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы	Ккал	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы	Ккал
Завтрак											
168	Каша ячневая молочная	150	5,28	5,7	27,6	184,2	200	7,04	7,6	36,8	245,6
395	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,49	15,56	92,15	200	4,2	3,32	20,74	122,87
1	Батон с маслом, сыром	30/4	6,63	18,29	37,69	254,39	30/5	7,77	19,71	39,5	274,5
	Итого:		15,06	26,48	80,85	530,74		19,01	30,63	97,04	642,97
2-ой завтрак											
338	Яблоко	120	0,42	0	11,89	49,2	150	0,52	0	14,8	61,5
Обед											
22	Салат из сол огурца и лука	10	0,13	0,61	0,78	9,21	10	0,13	0,61	0,78	9,21
34	Свекольник на к/б со смет	150	1,31	2,64	7,25	169,47	200	1,74	3,52	9,67	192,62
56	Гуляш из мяса кур	60	10,05	8,55	2,72	129,93	70	11,72	9,97	3,17	151,58
321	Картофельное пюре	110	1,75	3,56	16,97	110,94	120	3,44	4,66	19,51	133,22
241	Компот из с/ф	150	0,22	0,006	18,21	69,96	200	0,29	0,008	24,29	93,28
122	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	30	2,28	0,24	14,76	70,5
123	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	50	3,3	0,6	16,7	87
	Итого:		17,62	16,006	69,13	606,11		22,9	19,608	88,88	737,41
"Уплотненный" полдник											
212	Творожно-манный пудинг с джемом	120/30	53,59	6,4	24,8	228,8	150/30	67	8	31	286
392	Чай с сахаром	150	0,09	0,022	4,03	16,67	200	0,11	0,027	4,037	16,814
132	Печенье	18	2,64	0,48	13,36	69,6	20	3,3	0,6	16,7	87
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		57,08	6,982	47,11	338,57		71,93	8,787	61,577	436,814
	Всего:		90,18	49,468	208,98	1524,62		114,36	59,025	262,297	1878,694

Продукты не содержат ГМО