

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова _____

Меню на 18.07.2024 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										
215	Омлет	150	13,52	18,77	3,36	234,38	200	18,02	25,02	4,48	312,5
248	Какао с молоком	150	3,7	3,97	4,13	89,43	200	4,9	5,27	4,15	113,64
1	Батон с маслом, сыром	30/4/16	5,63	15,29	27,69	194,39	30/5/20	6,77	17,71	28,5	200,52
	Итого:		22,85	38,03	35,18	518,2		29,69	48	37,13	626,66
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
	Обед										
22	Салат Летний с луком	50	2,98	2,38	15,85	83,6	60	3,58	2,86	19,02	100,32
81	Суп гороховый на к/б	150	6,15	4,32	17,85	135,36	200	8,20	5,76	23,80	180,48
315/205	Гуляш из м/к с рисом	70/110	10,95	11,68	22,88	224,47	80/120	12,17	12,98	25,43	249,41
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:		24,46	19,026	97,99	629,99		29,82	22,45	124	780,99
	"Уплотненный" полдник										
235	Картофель тушеный в молоке	150	3,26	9,14	22,64	189,14	200	4,34	12,18	30,18	252,18
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	200	0,07	0,02	11,1	4,44
49	Булочка нарезная	80	3,64	6,26	26,96	179	90	5,82	10,01	43,13	286
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		7,71	15,495	62,85	394,97		11,75	22,37	94,25	589,62
	Всего:		55,52	72,651	206,12	1589,16		71,91	92,948	268,51	2057,07

Продукты не содержат ГМО