

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 18.11.2024 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 Дружба молочная	150	3,96	22,94	22,94	141	200	7,7	9,5	20,7	198,7
397	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,72	14	88,99	200	5,3	5,7	12,7	122,7
1	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30\5	2,4	6,5	15,6	131,3
	Итого:		11,74	39,95	64,63	404,38		15,4	21,7	49	452,7
	2-ой завтрак										
338	Яблоко	150	0,4	0,3	17,1	78	180	0,5	0,3	20,5	93,6
	Обед										
7	Салат из кваш.капусты с растит.масл	40	0,7	2	1,6	27,3	60	1	2	2,2	30,9
67	Суп лапша на к\б	150	4,9	7	21,7	170,7	200	6,1	8,8	26,5	211,3
192	Мясная котлета	60	10,5	9,7	0,1	131,2	70	12,8	11,4	0,1	155,6
242	Гречка рассыпчатая с соусом	100	1,8	7,3	12	136,7	120	2,2	8,5	15	165,3
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:		22,28	26,646	76,81	652,46		27,97	31,548	99,55	813,88
	"Уплотненный" полдник										
171	Картофель тушеный с овощами	150	3,5	5,1	26,5	167,7	200	4	6,3	30,1	194,8
132	Булочка ванильная	80	5,09	3,4	50,4	253	90	5,72	3,8	56,7	284,6
469	Чай сладкий	150	0,1	0	4	16,8	90	0,1	0	4	16,9
122	Хлеб пшеничный	10	0,7	0,1	5,1	24,5	20	1,4	0,2	10,2	49
	Итого:		9,39	8,6	86	462		11,22	10,3	101	545,3
	Всего:		43,81	75,496	244,54	1596,84		55,09	63,848	249,55	1905,48

Продукты не содержат ГМО