

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 19.03.2024 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											
73	Суп рисовый молочный с маслом	150	6	6,82	20,92	168	200	8	9,1	27,9	224
397	Какао с молоком	150	3,15	2,72	14	88,99	200	4,2	3,62	18,67	118,66
1	Батон с маслом	30/4	6,63	18,29	37,69	254,39	30/5	7,77	19,71	39,5	274,5
	Итого:		15,78	27,83	72,61	511,38		19,97	32,43	86,07	617,16
2-ой завтрак											
401	Ряженка	150	0,78	0,67	1,13	14,58	180	0,94	0,97	1,36	17,49
Обед											
35	Салат луковый	10	0,13	0,61	0,78	9,21	10	0,13	0,61	0,78	9,21
37	Суп крестьянский со смет на к/б	150	1,38	4,63	9,24	84,34	200	1,84	6,18	12,33	112,46
328	Капуста тушеная с биточками из м\к	150	3,98	7,42	18,98	168	200	5,3	9,89	25,3	220,7
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:		9,87	13,306	70,41	448,11		13,14	17,528	94,16	593,15
"Уплотненный" полдник											
255	Рыбное суфле в смет-томат соусе	60	7,61	2,45	5,33	74	70	10,09	3,26	6,79	97
85	Макароны отварные с маслом	90	2,18	3,22	22	131,6	130	3,15	4,65	31,78	182
132	Печенье	18	2,64	0,48	13,36	69,6	20	3,3	0,6	16,7	87
152	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	7	28,5	200	0,2	0,1	9,3	38
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		13,34	6,3	52,61	327,2		18,26	8,77	74,41	451
	Всего:		39,77	48,106	196,76	1301,27		52,31	59,698	256	1678,8

Продукты не содержат ГМО