

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 19.11.2024 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											
43	Суп пшеничный молочный	150	4,8	6,166	16,863	142,526	200	6,07	7,852	20,58	177,592
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\11	6,63	18,29	37,69	254,39	30/5\15	7,77	19,71	39,50	274,50
	Итого:		15,13	28,426	58,683	486,346		18,74	32,832	64,23	565,732
2-ой завтрак											
425	Йогурт	150	1,02	-	21,77	91,44	200	1,36	-	29,02	121,52
Обед											
35	Рассольник со сметаной	150	1,61	1,7	10,2	62,8	200	2,68	2,83	17,14	104,7
9	Овощное рагу с м\к	150	7,23	10,12	10,15	158	200	9,64	13,49	13,53	210,74
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:		13,22	12,466	61,76	407,36		18,19	17,168	86,42	566,22
"Уплотненный" полдник											
175	Тефтели рыбные в том\смет соусе	80/60	11,14	4,58	14,48	135,63	90/60	13,79	5,19	17,23	170,88
25	Яйцо вареное	20	2,5	2,7	5,7	115,2	20	2,5	2,7	5,7	115,2
510	Кабачковая икра	30	0,36	1,4	2,31	23,4	30	0,36	1,4	2,31	23,4
132	Печенье	18	2,64	0,48	13,36	69,6	20	3,3	0,6	16,7	87
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	200	0,07	0,02	11,1	4,44
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		17,45	9,255	49,1	370,66		21,54	10,07	62,88	447,92
	Всего:		45,8	50,147	169,543	1459		58,47	60,07	213,53	1 899,19

Продукты не содержат ГМО