

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 20.05.2024 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											
57	Макароны с маслом	150	4,5	6,98	16,3	144,5	200	7	10,4	25	222,4
161	Яйцо 1/2	20	2,5	2,3	0,14	31,5	20	2,5	2,3	0,14	31,5
885	Кисель	150	1,02	0	21,77	91,44	200	1,36	0	29,02	121,52
1	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5	179,52
	Итого:		12,65	23,57	65,9	441,83		15,63	27,41	82,66	554,94
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 из сол огурца и свеклы	40	0,09	0,51	0,68	49,3	50	0,13	0,61	0,78	59,21
35	Суп Уральский на м/б	150	2,12	3,06	7,81	70,95	200	3,56	5,12	14,17	117
161/85	Котлета из м/г с гречнев. гарнир.	60/110	14,75	14,61	39,48	341,55	70/130	16,63	16,64	43,49	382,27
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:		21,34	18,826	89,38	648,36		26,19	23,218	114,19	809,26
"Уплотненный" полдник											
321	Картофельное пюре с кабач. икрой	50/110	2,65	4,78	17,88	126	60/120	3,42	6,21	22,74	161,4
152	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	7	28,5	200	0,2	0,1	9,3	38
652	Булочка с творогом	80	7,09	3,4	50,4	273	90	7,72	3,8	56,7	299,6
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		3,56	8,33	80,2	178		5,14	10,27	98,58	246,4
	Всего:		37,55	50,73	235,48	1 268,19		46,96	60,90	295,43	1 610,60

Продукты не содержат ГМО