

Утверждено  
Руководитель СПДС "Аленушка"  
Л.А. Сборнова

Меню на 20.06.2024 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
	<b>Завтрак</b>										
168	Каша ячневая молочная	150	5,28	5,7	27,6	184,2	200	7,04	7,6	36,8	245,6
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	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5	179,52
	<b>Итого:</b>		13,06	22,71	69,29	447,58		16,01	25,93	83,97	543,78
	<b>2-ой завтрак</b>										
64	Сок фруктовый	100	0,5	0	10,1	42,66	120	0,6	0	12,1	51,19
	<b>Обед</b>										
35	Салат луковый	10	0,13	0,61	0,78	9,21	10	0,13	0,61	0,78	9,21
67	Щи на к/б со смет	150	1,04	2,93	5,09	35	200	1,74	4,88	9,21	85
30	Плов рисовый с м\к	150	9,4	9,37	26,02	222,6	200	12,53	12,49	34,69	296,8
394	Компот из с/ф	150	0,133	0	11,74	47,49	180	0,152	0	16,27	65,68
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
	<b>Итого:</b>		14,733	12,94	66,05	421,69		20,002	18,21	91,63	604,98
	<b>"Уплотненный" полдник</b>										
215	Омлет	85	7,3	11,1	1,57	136	105	9,04	13,7	2,26	168
392	Чай с сахаром	150	0,09	0,02	4,03	16,67	200	0,11	0,03	4,04	16,81
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
49	Булочка с посыпкой	50	3,64	6,26	26,96	179	80	5,82	10,01	43,13	286
	<b>Итого:</b>		11,79	17,462	37,48	355,17		16,49	23,897	59,267	517,814
	<b>Всего:</b>		<b>40,083</b>	<b>53,112</b>	<b>182,92</b>	<b>1267,1</b>		<b>53,102</b>	<b>68,037</b>	<b>246,967</b>	<b>1 717,76</b>

Продукты не содержат ГМО