

Утверждено  
Руководитель СПДС "Аленушка"  
Л.А. Сборнова

Меню на 21.10.2024 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 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
	<b>Итого:</b>		11,74	39,95	64,63	404,38		15,4	21,7	49	452,7
	<b>2-ой завтрак</b>										
338	Яблоко	150	0,4	0,3	17,1	78	180	0,5	0,3	20,5	93,6
	<b>Обед</b>										
22	Огурец соленый	20	0,5	0	2,8	15,2	20	0,5	0	2,8	15,2
67	Суп лапша на к\б	150	4,9	7	21,7	170,7	200	6,1	8,8	26,5	211,3
	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
	<b>Итого:</b>		22,08	24,646	78,01	640,36		27,47	29,548	100,15	798,18
	<b>"Уплотненный" полдник</b>										
171	Картофель тушеный с овощами	150	3,5	5,1	26,5	167,7	200	4	6,3	30,1	194,8
152	Булочка ванильная	70	7,1	7	33,2	225,7	200	8,1	7,5	37,2	248,7
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
	<b>Итого:</b>		11,4	12,2	68,8	434,7		13,6	14	81,5	509,4
	<b>Всего:</b>		<b>45,62</b>	<b>77,096</b>	<b>228,54</b>	<b>1557,44</b>		<b>56,97</b>	<b>65,548</b>	<b>230,65</b>	<b>1853,88</b>

Продукты не содержат ГМО