

Утверждено  
 Руководитель СПДС "Аленушка"  
 Л.А. Сборнова

Меню на 22.03.2024 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
	<b>Завтрак</b>									
91	Каша пшеничная молочная	150	5,55	2,63	29,33	156	200	7,4	3,5	39,1
395	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,49	15,56	92,15	200	4,2	3,32	20,74
1	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5
	<b>Итого:</b>		13,33	19,41	72,58	422,54		16,37	21,53	88,34
	<b>2-ой завтрак</b>									
885	Кисель	150	1,02	0	21,77	91,44	200	1,36	0	29,02
	<b>Обед</b>									
35	Суп лапша на к/б	150	1,61	1,7	10,2	62,8	200	2,68	2,83	17,14
9	Овощное рагу с курами	150	7,23	10,12	10,15	158	200	9,64	13,49	13,53
241	Компот из с/ф	150	0,22	0,006	18,21	69,96	200	0,29	0,008	24,29
122	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	30	2,28	0,24	14,76
123	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	50	3,3	0,6	16,7
	<b>Итого:</b>		13,22	12,466	61,76	407,36		18,19	17,168	86,42
	<b>"Уплотненный" полдник</b>									
294	Запеканка из печени с рисом и соусом	150	19,42	6,67	16,8	224,92	180	25,9	8,9	22,4
132	Печенье	18	2,64	0,48	13,36	69,6	20	3,3	0,6	16,7
152	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	7,00	28,50	200	0,20	0,10	9,30
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84
	<b>Итого:</b>		22,97	7,3	42,08	346,52		30,92	9,76	58,24
	<b>Всего:</b>		<b>50,54</b>	<b>39,176</b>	<b>198,19</b>	<b>1267,86</b>		<b>66,84</b>	<b>48,458</b>	<b>262,02</b>

Продукты не содержат ГМО



<b>Ккал</b>
208
122,87
179,52
510,39
121,52
104,7
210,74
93,28
70,5
87
566,22
299,9
87
38,00
47
471,9
<b>1670,03</b>