

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова _____

Меню на 22.08.2024 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 | | | | | | | | | | |
| 215 | Омлет | 150 | 13,52 | 18,77 | 3,36 | 234,38 | 200 | 18,02 | 25,02 | 4,48 | 312,5 |
| 397 | Кофе напиток на молоке с сахаром | 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 |
| | Итого: | | 21,3 | 35,78 | 45,05 | 497,76 | | 26,99 | 43,35 | 51,65 | 610,68 |
| | 2-ой завтрак | | | | | | | | | | |
| 64 | Сок фруктовый | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 46 | 130 | 0,65 | 0,13 | 13,13 | 59,8 |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| 18 | Огурец свежий | 20 | 0,09 | 0,51 | 0,68 | 49,3 | 20 | 0,13 | 0,61 | 0,78 | 59,21 |
| 79 | Суп полевой на к/б | 150 | 7,71 | 7,32 | 15,30 | 166,60 | 200 | 8,54 | 9,00 | 21,80 | 202,00 |
| 329 | Бигус с м\к | 150 | 11,342 | 13,507 | 13,213 | 218,77 | 200 | 12,87 | 16,009 | 17,335 | 263,69 |
| 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: | | 23,522 | 21,983 | 70,603 | 621,23 | | 27,41 | 26,47 | 95,665 | 775,68 |
| | "Уплотненный" полдник | | | | | | | | | | |
| 172 | Каша ассорти молочная | 150 | 5,28 | 5,7 | 27,6 | 184,2 | 200 | 7,04 | 7,6 | 36,8 | 245,6 |
| 152 | Чай с сахаром | 150 | 0,05 | 0,015 | 8,33 | 3,33 | 200 | 0,07 | 0,02 | 11,1 | 4,44 |
| 49 | Булочка с джемом | 50 | 3,64 | 6,26 | 26,96 | 179 | 80 | 5,82 | 10,01 | 43,13 | 286 |
| 122 | Хлеб пшеничный | 10 | 0,76 | 0,08 | 4,92 | 23,5 | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
| | Итого: | | 9,73 | 12,055 | 67,81 | 390,03 | | 14,45 | 17,79 | 100,87 | 583,04 |
| | Всего: | | 55,052 | 69,918 | 193,563 | 1555,02 | | 69,5 | 87,737 | 261,315 | 2029,2 |

Продукты не содержат ГМО