

Утверждено  
Руководитель СПДС "Аленушка"  
Л.А. Сборнова

Меню на 23.01.2024 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>											
73	Суп рисовый молочный с маслом	150	6	6,82	20,92	168	200	8	9,1	27,9	224
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, сыром	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5	179,52
	<b>Итого:</b>		<b>13,78</b>	<b>23,83</b>	<b>62,61</b>	<b>431,38</b>		<b>16,97</b>	<b>27,43</b>	<b>75,07</b>	<b>522,18</b>
251	Ряженка	150	4,35	4,8	6	88,5	150	4,35	4,8	6	88,5
<b>Обед</b>											
35	Салат луковый	10	0,13	0,61	0,78	9,21	10	0,13	0,61	0,78	9,21
37	Суп крестьянский с туш.гов.	150	1,38	4,63	9,24	84,34	200	1,84	6,18	12,33	112,46
333	Капуста тушеная с туш.гов.	150	3,98	7,42	18,98	158	200	5,3	9,89	25,3	210,7
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>		<b>9,87</b>	<b>13,306</b>	<b>70,41</b>	<b>438,11</b>		<b>13,14</b>	<b>17,528</b>	<b>94,16</b>	<b>583,15</b>
<b>"Уплотненный" полдник</b>											
255	Рыбное суфле в смет-томат соусе	70	7,61	2,45	5,33	74	80	10,09	3,26	6,79	97
315	Макароны с маслом	90	2,18	3,22	22	120,6	110	3,15	4,65	31,78	171
152	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	7	28,5	200	0,2	0,1	9,3	38
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	<b>Итого:</b>		<b>10,7</b>	<b>5,82</b>	<b>39,25</b>	<b>246,6</b>		<b>14,96</b>	<b>8,17</b>	<b>57,71</b>	<b>353</b>
	<b>Всего:</b>		<b>38,7</b>	<b>47,756</b>	<b>178,27</b>	<b>1204,59</b>		<b>49,42</b>	<b>57,928</b>	<b>232,94</b>	<b>1546,83</b>

Продукты не содержат ГМО