

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 26.03.2024 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	Ккал
Завтрак											
91	Каша пшеничная молочная	150	5,55	2,63	29,33	156	200	7,4	3,5	39,1	208
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	6,63	18,29	37,69	254,39	30/5	7,77	19,71	39,5	274,5
	Итого:		15,33	23,64	81,02	499,38		19,37	26,83	97,27	601,16
251	Йогурт	150	4,35	4,8	6	88,5	150	4,35	4,8	6	88,5
Обед											
22	Салат из сол.огурца с луком	50	2,98	2,38	15,85	83,6	60	3,58	2,86	19,02	100,32
34	Свекольник на к/б со смет	150	1,31	2,64	7,25	169,47	200	1,74	3,52	9,67	192,62
328/132	Капуста тушеная с курин.биточками	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
	Итого:		9,67	10,706	67,64	514,03		12,91	14,258	90,72	654,1
"Уплотненный" полдник											
255	Рыбные тефтели в смет-томат соусе	60	7,61	2,45	5,33	74	70	10,09	3,26	6,79	97
315	Салат овощной	90	2,18	3,22	22	120,6	110	3,15	4,65	31,78	171
132	Печенье	18	2,64	0,48	13,36	69,6	20	3,3	0,6	16,7	87
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
	Итого:		13,34	6,3	52,61	316,2		18,26	8,77	74,41	440
	Всего:		42,69	45,446	207,27	1418,11		54,89	54,658	268,4	1783,76

Продукты не содержат ГМО