

Утверждено  
 Руководитель СПДС "Аленушка"  
 Л.А. Сборнова \_\_\_\_\_

Меню на 26.09.2024 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>										
215	Омлет	150	13,52	18,77	3,36	234,38	200	18,02	25,02	4,48	312,5
248	Какао с молоком	150	3,7	3,97	4,13	89,43	200	4,9	5,27	4,15	113,64
1	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5	179,52
	<b>Итого:</b>		<b>21,85</b>	<b>37,03</b>	<b>35,18</b>	<b>498,2</b>		<b>27,69</b>	<b>45</b>	<b>37,13</b>	<b>605,66</b>
	<b>2-ой завтрак</b>										
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
	<b>Обед</b>										
22	Салат Летний с луком	50	2,98	2,38	15,85	83,6	60	3,58	2,86	19,02	100,32
81	Суп гороховый на к/б	150	6,15	4,32	17,85	135,36	200	8,20	5,76	23,80	180,48
30	Плов рисовый с м/г	150	9,4	9,37	26,02	222,6	200	12,53	12,49	34,69	296,8
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>22,91</b>	<b>16,716</b>	<b>101,13</b>	<b>628,12</b>		<b>30,18</b>	<b>21,96</b>	<b>133,26</b>	<b>828,38</b>
	<b>"Уплотненный" полдник</b>										
235	Картофель тушеный с овощами	150	3,26	9,14	22,64	189,14	200	4,34	12,18	30,18	252,18
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	200	0,07	0,02	11,1	4,44
49	Булочка нарезная	80	3,64	6,26	26,96	179	90	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
	<b>Итого:</b>		<b>7,71</b>	<b>15,495</b>	<b>62,85</b>	<b>394,97</b>		<b>11,75</b>	<b>22,37</b>	<b>94,25</b>	<b>589,62</b>
	<b>Всего:</b>		<b>52,97</b>	<b>69,341</b>	<b>209,26</b>	<b>1567,29</b>		<b>70,27</b>	<b>89,458</b>	<b>277,77</b>	<b>2083,46</b>

Продукты не содержат ГМО