

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 27.09.2024 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
Завтрак											
168	Каша геркулесовая молочная	150	4,99	8,525	16,98	149	200	6,66	11	22,64	187
395	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,49	15,56	92,15	200	4,2	3,32	20,74	122,87
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:		12,77	25,305	60,23	415,54		15,63	29,03	71,88	489,39
2-ой завтрак											
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
Обед											
7	Салат из сол.огурца и лука	30	0,84	1,05	2,25	21,85	40	1,28	2,085	3,44	37,66
40	Суп сборно-овощной со смет	150	3	4,8	15,03	111,75	200	4	6,4	20,04	149
637	Азу с м\г	150	7,74	10,38	19,66	239,2	200	17,53	13,3	29,46	342
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:		15,12	15,826	76,1	537,51		27,4	20,548	105,25	741,78
"Уплотненный" полдник											
172/51	Котлеты рыбные с рисовым гарниром	80/80	11,14	4,58	14,48	135,63	90/100	13,79	5,19	17,23	170,88
51	Икра кабачковая	30	0,36	1,4	2,31	23,4	30	0,36	1,4	2,31	23,4
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	200	0,07	0,02	11,1	4,44
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		12,31	6,075	30,04	185,86		15,74	6,77	40,48	245,72
	Всего:		40,2	47,206	166,37	1138,91		58,77	56,48	230,74	1 536,69

Продукты не содержат ГМО