

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 Л.А. Сборнова

Меню на 29.01.2024 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
Завтрак											
171	Суп вермишел молочный	150	4,3	3,9	14,12	108,6	200	5,74	5,2	18,83	179
885	Кисель	150	1,02	0	21,77	91,44	200	1,36	0	29,02	121,52
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:		9,95	18,19	63,58	374,43		11,87	19,91	76,35	480,04
2-ой завтрак											
338	Яблоко	100	0,8	5,5	4,3	67,1	100	0,8	5,5	4,3	67,1
Обед											
100	Соленый огурец	50	0,63	5,04	3,88	63,4	60	0,76	6,2	4,02	68
35	Суп Уральский на м/б	150	2,12	3,06	7,81	70,95	200	3,56	5,12	14,17	117
161/85	Гуляш с гречнев. гарнир.	60/110	14,75	14,61	39,48	341,55	70/130	16,63	16,64	43,49	382,27
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:		21,88	23,356	92,58	662,46		26,82	28,808	117,43	818,05
"Уплотненный" полдник											
321	Картофельное пюре с кабач. икрой	50/110	2,65	4,78	17,88	126	60/120	3,42	6,21	22,74	161,4
152	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	7	28,5	200	0,2	0,1	9,3	38
469	Булочка Нарезная	80	5,09	3,4	50,4	253	90	5,72	3,8	56,7	284,6
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		8,65	8,33	80,2	431		10,86	10,27	98,58	531
	Всего:		40,48	49,88	236,36	1 467,89		49,55	58,99	292,36	1 829,09

Продукты не содержат ГМО