

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 30.01.2024 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											
91	Каша пшенная 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	30/4/20	6,63	18,29	30,69	199,39	30/5/25	6,77	18,71	31,5	205,52
	Итого:		15,33	23,64	74,02	444,38		18,37	25,83	89,27	532,18
2-ой завтрак											
251	Ряженка	150	4,35	4,8	6	88,5	150	4,35	4,8	6	88,5
Обед											
22	Салат из сол огурца и лука	10	0,13	0,61	0,78	9,21	10	0,13	0,61	0,78	9,21
34	Свекольник на к/б со смет	150	1,31	2,64	7,25	69,47	200	1,74	3,52	9,67	92,62
602	Тушеная капуста с курами	150	2,99	5,57	14,24	118,5	200	3,98	7,42	18,98	158
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:		8,81	9,466	63,68	383,74		11,72	12,398	85,18	510,61
"Уплотненный" полдник											
255	Рыбное суфле с том/смет соусом	60	7,61	2,45	5,33	74	70	10,09	3,26	6,79	97
315	Рис отварной	90	2,18	3,22	22	126	130	3,15	4,65	31,78	182
132	Печенье	18	2,64	0,48	13,36	69,6	20	3,3	0,6	16,7	87
152	Чай с сахаром	150,00	0,15	0,07	7,00	28,50	200,00	0,20	0,10	9,30	38,00
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	321,6		18,26	8,77	74,41	451
	Всего:		41,83	44,21	196,31	1163,01		52,70	51,80	254,86	1 582,29

Продукты не содержат ГМО