

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 30.07.2024 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											
43	Суп пшеничный молочный	150	4,8	6,166	16,863	142,526	200	6,07	7,852	20,58	177,592
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, сыром	30/4	6,63	18,29	37,69	254,39	30/5	7,77	19,71	39,50	274,50
	Итого:		15,13	28,426	58,683	486,346		18,74	32,832	64,23	565,732
2-ой завтрак											
885	Кисель	150	1,02	-	21,77	91,44	200	1,36	-	29,02	121,52
Обед											
22	Огурец свежий	20	0,09	0,51	0,68	49,3	20	0,13	0,61	0,78	59,21
35	Суп лапша на к/б	150	1,61	1,7	10,2	62,8	200	2,68	2,83	17,14	104,7
9	Овощное рагу с м\к	150	7,23	10,12	10,15	158	200	9,64	13,49	13,53	210,74
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:		13,22	12,466	61,76	407,36		18,19	17,168	86,42	566,22
"Уплотненный" полдник											
175	Тефтели рыбные в том\смет соусе	80/60	11,14	4,58	14,48	135,63	90/60	13,79	5,19	17,23	170,88
365	Свекла тушеная	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:		40,66	46,967	150,483	1079,566		52,67	56,77	191,13	1 499,19

Продукты не содержат ГМО