

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
Л.А. Сборнова

Меню на 31.07.2024 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 | | | | | | | | | | | |
| 168 | Каша рисовая молочная с масл. и сах. | 150 | 4,16 | 6,77 | 24,38 | 177,16 | 200 | 5,5 | 9,03 | 32,5 | 236,21 |
| 397 | Кофе напиток на молоке с сахаром | 150 | 3,15 | 2,72 | 14 | 88,99 | 200 | 4,2 | 3,62 | 18,67 | 118,66 |
| 2 | Батон с маслом | 30/4 | 2,304 | 3,14 | 14,78 | 96,66 | 30/5 | 2,31 | 3,87 | 14,79 | 103,25 |
| | Итого: | | 9,614 | 12,63 | 53,16 | 362,81 | | 12,01 | 16,52 | 65,96 | 458,12 |
| 2-ой завтрак | | | | | | | | | | | |
| 241 | Напиток из шиповника | 150 | 0,22 | 0,006 | 18,21 | 69,96 | 200 | 0,29 | 0,008 | 24,29 | 93,28 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 22 | Салат Летний с луком | 50 | 2,98 | 2,38 | 15,85 | 83,6 | 60 | 3,58 | 2,86 | 19,02 | 100,32 |
| 57 | Борщ на к/б со сметаной | 150 | 1,09 | 2,94 | 7,64 | 61,5 | 200 | 1,45 | 3,92 | 10,19 | 82 |
| 310 | Биточек из м\к | 60 | 12,122 | 13,86 | 1,03 | 176,31 | 70 | 14,47 | 17,18 | 1,34 | 221,88 |
| 321 | Макароны с соусом | 110 | 1,75 | 3,56 | 16,97 | 110,94 | 120 | 3,44 | 4,66 | 19,51 | 133,22 |
| 394 | Компот из с/ф | 150 | 0,133 | 0 | 11,74 | 47,49 | 180 | 0,152 | 0 | 16,27 | 65,68 |
| 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: | | 22,235 | 23,38 | 76,43 | 596,44 | | 28,672 | 29,46 | 97,79 | 760,6 |
| "Уплотненный" полдник | | | | | | | | | | | |
| 224 | Творожно-манный пудинг с джемом | 130\20 | 19,44 | 13,5 | 34,47 | 346,7 | 150\25 | 24,67 | 16,03 | 39,47 | 405,23 |
| 87 | Печенье | 15 | 1,82 | 4,18 | 18,69 | 102,4 | 20 | 2,43 | 5,58 | 24,93 | 136,5 |
| 392 | Чай с сахаром | 150 | 0,09 | 0,022 | 4,03 | 16,67 | 200 | 0,11 | 0,027 | 4,037 | 16,814 |
| 122 | Хлеб пшеничный | 10 | 0,76 | 0,08 | 4,92 | 23,5 | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
| | Итого: | | 22,11 | 17,782 | 62,11 | 489,27 | | 28,73 | 21,797 | 78,277 | 605,544 |
| | Всего: | | 54,179 | 53,798 | 209,91 | 1518,48 | | 69,702 | 67,785 | 266,317 | 1917,544 |

Продукты не содержат ГМО