

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян _____

Меню на 24.01.2025 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											
252	Макароны с маслом и сахаром	120	2,5	2,1	0,2	31	130	2,5	2,1	0,2	31
248	Какао с молоком	150	1,2	3,8	7,9	59,8	200	1,5	4,8	9,9	74,8
25	Яйцо вареное	40	4,5	4,7	10,3	100,9	40	5,5	5,7	11,7	215,2
1	Батон с маслом	30/4	5,9	7,1	20,5	164,3	30/5	7,7	10,1	20,5	199,1
Итого:			14,1	17,7	38,9	356		22,7	21,8	75,4	575,4
2-ой завтрак											
64	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,00	130	0,50	0,10	10,10	46,00
Обед											
35	Салат луковый	10	0,4	1,1	3,5	25,3	10	0,6	2,1	4,3	38,4
79	Суп полевой со сметаной	150	4,9	6,9	22,6	175,4	200	6,1	8,3	27,1	211,8
298\312	Капуста тушеная с котлетой из м\к	60/110	9,3	10,2	9,9	199,9	70/130	11,3	12,9	12,3	211,9
241	Компот из с/ф	150	0,1	0	11,5	46,6	200	0,2	0	16,1	65,1
122	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	10,2	49	30	2,1	0,4	15,2	73,5
123	Хлеб ржаной	40	2	0,4	15,2	69,7	50	3,6	0,6	21,6	105,5
Итого:			18,1	18,8	72,9	565,9		23,9	24,3	96,6	706,2
"Уплотненный" полдник											
172/347	Картоф.пюре с кабачковой икрой	120\30	20,6	8,7	20,1	247,6	130\30	24,8	9,2	22,3	278,3
132	Печенье	18	2,64	0,48	13,36	69,6	20	3,3	0,6	16,7	87
122	Хлеб пшеничный	10	0,1	0	4	16,8	20	0,1	0	4	16,9
49	Чай сладкий с лимоном	150	0,7	0,1	5,1	24,5	200	1,4	0,2	10,2	49
Итого:			24,04	9,28	42,56	358,5		29,6	10	53,2	431,2
Всего:			56,74	45,88	164,46	1326,4		76,7	56,2	235,3	1 803,00

Продукты не содержат ГМО