

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 14.01.2025 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											
43	Суп пшенный 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	30\4	4,63	14,29	27,69	174,39	30\5	2,40	6,50	15,60	131,30
	Итого:		13,13	24,426	48,683	406,346		13,37	19,622	40,33	422,532
2-ой завтрак											
338	Яблоко	150	0,40	0,30	17,10	78,00	180	0,50	0,30	20,50	93,60
Обед											
35	Рассольник со сметаной	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											
168	Каша ячневая молочная	150	5,28	5,7	27,6	184,2	200	7,04	7,6	36,8	245,6
68	Морковь тертая с сахаром	30	0,4	1	3,1	22,6	40	0,7	2,1	4,7	40
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:		6,49	6,795	43,95	233,63		9,33	9,88	62,44	337,04
	Всего:		32,84	43,687	154,393	1459		40,89	46,67	189,19	1 899,19

Продукты не содержат ГМО