

Утверждено  
 Руководитель СПДС "Аленушка"  
 О.С. Погосян \_\_\_\_\_

Меню на 16.01.2025 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
	<b>Завтрак</b>										
171	Суп вермишел. молочный	150	5,6	7,3	18,1	161,4	200	6,9	9,2	21,6	198
248	Какао с молоком	150	1,2	3,8	7,9	59,8	200	1,1	2	11,8	69,7
1	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30\5	2,4	6,5	15,6	131,3
	<b>Итого:</b>		<b>11,43</b>	<b>25,39</b>	<b>53,69</b>	<b>395,59</b>		<b>10,4</b>	<b>17,7</b>	<b>49</b>	<b>399</b>
	<b>2-ой завтрак</b>										
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,5	0,1	10,1	46
	<b>Обед</b>										
35	Салат луковый	10	0,4	1,1	3,5	25,3	10	0,6	2,1	3,3	34,4
81	Суп гороховый на к/б	150	8,20	5,40	25,20	183,50	200	10,30	5,80	30,70	219,60
30	Гуляш из м\к с рисовым гарниром	150	13,5	14,9	23	281,4	200	16,1	17,9	31	349,7
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
	<b>Итого:</b>		<b>25,6</b>	<b>22</b>	<b>88,6</b>	<b>655,5</b>		<b>32,9</b>	<b>26,80</b>	<b>117,9</b>	<b>847,8</b>
	<b>"Уплотненный" полдник</b>										
215	Омлет	150	7,3	9,7	3,6	130,7	200	8,3	10,7	5	149,6
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	200	0,07	0,02	11,1	4,44
152	Булочка нарезная	80	14,4	11	44,3	279,1	100	19,1	15,2	54,6	337,3
122	Хлеб пшеничный	10	0,7	0,1	5,1	24,5	20	1,4	0,2	10,2	49
	<b>Итого:</b>		<b>22,45</b>	<b>20,815</b>	<b>61,33</b>	<b>437,63</b>		<b>28,87</b>	<b>26,12</b>	<b>80,9</b>	<b>540,34</b>
	<b>Всего:</b>		<b>59,98</b>	<b>68,305</b>	<b>213,72</b>	<b>1499,3</b>		<b>72,67</b>	<b>70,72</b>	<b>257,9</b>	<b>1897,1</b>

Продукты не содержат ГМО