

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

Меню на 30.01.2025 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>										
338	Яблоко	150	0,4	0,3	17,1	78	180	0,5	0,3	20,5	93,6
	<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 с творогом	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>59,88</b>	<b>68,505</b>	<b>220,72</b>	<b>1499,3</b>		<b>72,67</b>	<b>70,92</b>	<b>268,3</b>	<b>1897,1</b>

Продукты не содержат ГМО