

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

Меню на 03.04.2025 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											
93	Каша Ассорти молочная с мас и сах	150	6,2	5,1	24,8	169	200	7,4	6,1	27,6	194,8
49	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	7	28,5	200	1,4	0,2	10,2	49
2	Батон с маслом	30/4	2,4	5,7	15,6	123,9	30/5	2,4	6,5	15,6	131,3
	Итого:		8,75	10,87	47,4	321,4		11,2	12,8	53,4	375,1
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 из отварной свеклы с зел гор. и р	40	1	1	4,4	29,1	40	1,3	2,1	5,5	43,1
79	Щи из свеж. капусты со сметаной	150	9,5	8,3	14,1	173	200	11,3	10	16,6	199,5
298	Плов рисовый	150	9,6	10,7	24,7	228,1	200	11,2	12,3	32,9	281
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:		23,6	20,6	80,1	595,5		29,7	25,4	107,9	767,7
"Уплотненный" полдник											
93	Омлет	90	8,2	9,7	3,6	136,1	100	9,2	11,7	5	154,1
152	Булочка с картошкой	80	14,4	11	44,3	279,1	100	19,1	15,2	54,6	337,3
122	Хлеб пшеничный	10	0,1	0	4	16,8	20	0,1	0	4	16,9
49	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	7	28,5	200	1,4	0,2	10,2	49
	Итого:		22,85	20,77	58,9	460,5		29,8	27,1	73,8	557,3
	Всего:		55,7	52,34	196,5	1423,4		71,2	65,4	245,2	1 746,10

Продукты не содержат ГМО