

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

Меню на 10.10.2025 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
	Завтрак									
178\6	Каша ячневая молочная	150	5,41	6,76	21,51	168,93	180	6,68	8,63	24,42
248	Какао с молоком	150	1,2	3,8	7,9	59,9	200	1,5	4,8	9,9
2	Батон с маслом	30/4	2,4	5,7	15,6	123,9	30/5	2,4	6,5	15,6
	Итого:		3,6	9,5	23,5	183,8		22,7	21,8	75,4
	2-ой завтрак									
64	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,00	130	0,50	0,10	10,10
	Обед									
79	Суп Полевой рыбный	150	4,9	6,9	22,6	175,9	200	6,1	8,3	27,1
298	Котлета из м\к с макаронами	150	9,3	10,2	9,9	199,9	180	11,3	12,9	12,3
241	Компот из с/ф	150	0,1	0	11,5	46,6	200	0,2	0	16,1
122	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	10,2	49	30	2,1	0,4	15,2
123	Хлеб ржаной	40	2	0,4	15,2	69,7	50	3,6	0,6	21,6
	Итого:		17,7	17,7	69,4	541,1		23,3	22,2	92,3
	"Уплотненный" полдник									
168	Рис тушеный с овощами	150	1,7	4	32,1	171,9	200	2	5,1	37,8
7	Кабачковая икра	30	0,7	2	1,6	27,3	30	1	2	2,2
122	Хлеб пшеничный	10	0,1	0	4	16,9	20	0,1	0	4
49	Чай сладкий	150	0,7	0,1	5,1	44,5	200	1,4	0,2	10,2
	Итого:		3,2	6,1	42,8	260,6		4,5	7,3	54,2
	Всего:		25	33,4	145,8	1031,5		51	51,4	232

Продукты не содержат ГМО

Ккал
252,59
74,8
131,3
575,4
46,00
211,8
211,9
65,1
73,5
105,5
667,8
206,1
30,9
16,9
49
302,9
1 803,00