

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 9.07.2025 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										
91	Каша пшенная молочная	150	6,5	6,5	19,5	162,2	200	7,6	8	22,3	192,9
248	Какао с молоком	150	1,2	3,8	7,9	59,8	180	1,1	2	11,8	69,7
1	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5	179,52
	Итого:		12,33	24,59	55,09	396,39		13,47	24,71	62,6	442,12
	2-ой завтрак										
885	Апельсин	150	0	0	22	91	180	0	0	25,6	106
	Обед										
7	Салат из кваш.капусты с растит.маслом	40	0,7	2	1,6	27,3	60	1	2	2,2	30,9
34	Свекольник на к/б со смет	150	6,2	6,9	20,2	195,8	200	7,3	9,1	24,2	209,9
562	Жаркое по-домашнему	150	7,5	7,9	22,6	255,6	150	10,3	10	33,5	292,2
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:		17,9	17,4	81,3	192,6		24,5	22,1	112,8	777,1
	"Уплотненный" полдник										
224	Творожно-манный пудинг со сгущ.мол	130\20	19,4	12,7	23,3	284,2	150\25	23,5	15,5	23,1	324,8
152	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	7	28,5	200	0,2	0,1	9,3	38
122	Хлеб пшеничный	10	0,7	0,1	5,1	24,5	20	1,4	0,2	10,2	49
	Итого:		20,25	12,87	35,4	337,2		25,1	15,8	42,6	411,8
	Всего:		50,48	54,86	193,79	1415		63,07	62,61	218	1631,02

Продукты не содержат ГМО