

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 10.06.2025 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										
168	Каша ячневая молочная с мас и сах	150	6,4	7,3	24,9	186,9	200	7,5	9,1	27,8	219,1
395	Кофе напиток с молоком	150	4,3	4,6	11	102,3	200	5,3	5,7	12,7	122,7
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:		15,33	26,19	63,59	463,59		17,57	29,51	69	521,32
	2-ой завтрак										
64	Напиток из шиповника	150	0,5	0,1	10,1	46	150	0,5	0,1	10,1	46
	Обед										
42	Суп с мучными клецками на к/б	150	7,9	2,9	31,7	186,9	200	9,1	3,2	37,8	219,8
116	Капуста тушеная с м\к	60/110	8,3	10,5	13,8	179,7	80/120	10,5	12,8	16,2	218,7
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
	Итого:		19,7	14	82,4	531,9		25,5	17	106,9	682,6
	"Уплотненный" полдник										
174	Суфле из рыбы	80	14,87	4,55	2,45	125,12	90	19,1	5,85	3,15	160,87
51	Макароны отварные с маслом	100	5	2,9	28,6	162,3	110	5,5	3,4	31,5	183,7
152	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	7,00	28,50	200	0,20	0,10	9,30	38,00
122	Хлеб пшеничный	10	0,7	0,1	5,1	24,5	20	1,4	0,2	10,2	49
	Итого:		20,72	7,62	43,15	340,42		26,2	9,55	54,15	431,57
	Всего:		56,25	47,91	199,24	1381,91		69,77	56,16	240,15	1 812,11

Продукты не содержат ГМО