

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 10.12.2025 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										
11	Морковь, тертая с сахаром	40	1,598	1,808	3,15	35,216	50	1,718	1,818	3,78	38,296
178/3	Каша пшенная молочная	150	5,69	7,12	21,71	174,01	180	6,72	8,7	24,21	222,84
395	Кофе напиток с молоком	150	3,85	3,83	9,72	89,1	180	4,73	4,71	11,03	105,85
1	Батон с маслом	30\4	2,28	3,4	15,46	101,87	30\5	2,29	4,06	15,48	107,69
	Итого:		11,67	14,29	46,84	363,74		15,458	19,288	54,5	474,676
	2-ой завтрак										
419	Молоко кипяченое	150	3,24	3,36	5,16	64,08	150	4,05	4,2	6,45	80,1
	Обед										
28	Салат луковый с растит. маслом	10	0,26	0,91	2,49	19,2	10	0,26	0,91	2,49	19,2
63	Борщ на к\б со сметаной	150	5,58	5,64	22,94	165,43	180	6,78	8,088	27,139	199,23
321	Плов рисовый с м\к	150	11,5	12	22	237	180	13,3	14,6	29,5	296,8
394	Компот из с/ф	150	0,114	0	12	45,27	180	0,133	0	16,62	63,46
1\1	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8	30	4,28	1,8	17,4	109,6
1\2	Хлеб ржаной	40	3,4	1,32	17	103,6	50	4,25	1,65	21,25	129,5
	Итого:		29,974	27,17	109,7	734,26		29,003	27,048	114,399	618,56
	"Уплотненный" полдник										
224	Творожно-манная запеканка с джемом	130\20	27,14	12,217	28,456	332,822	150\25	33,571	15,51	34,218	451,363
411	Чай сладкий	150	0	0	3	12	180	0	0	4	16
1\1	Хлеб пшеничный	10	1,07	0,45	4,35	27,4	20	2,14	0,9	8,7	54,8
	Итого:		22,37	8,05	23,35	329,4		35,711	16,41	46,918	522,163
	Всего:		67,25	52,87	185,05	1 491,48		84,22	66,95	222,27	1 695,50

Продукты не содержат ГМО