

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 11.12.2025 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											
93	Каша Дружба молочная с мас и сах	150	6,2	5,1	24,8	169	200	7,4	6,1	27,6	194,8
395	Кофе напиток с молоком	150	4,3	4,6	11	102,3	200	5,3	5,7	12,7	122,7
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:			12,9	15,4	51,4	395,2		15,1	18,3	55,9	448,8
2-ой завтрак											
64	Йогурт	100	0,50	0,10	10,10	46,00	100	0,50	0,10	10,10	46,00
Обед											
225	Салат из сол.огурца и лука	40	0,5	0	2,8	45,2	50	0,5	0	2,8	65,2
34	Свекольник на г/б со смет	150	6,2	6,9	20,2	195,8	200	7,3	9,1	24,2	209,9
562\321	Котлета из м\г с гречнев.гарн.	150	7,5	7,9	22,6	280,6	150	10,3	10	33,5	392,2
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:			17,7	15,4	82,5	641,7		24	20,1	113,4	846,2
"Уплотненный" полдник											
93	Омлет	90	8,2	9,7	3,6	136,1	100	9,2	11,7	5	154,1
152	Булочка ванильная	80	14,4	11	44,3	179,1	90	19,1	15,2	54,6	217,3
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	360,5		29,8	27,1	73,8	437,3
Всего:			53,95	51,67	202,9	1443,4		69,4	65,6	253,2	1 778,30

Продукты не содержат ГМО