

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 12.12.2025 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
178/6	Каша геркулесовая молочная	150	5,41	6,76	21,51	168,93	180	6,68	8,63	24,42	202,59
397	Кофе напиток с молоком	150	4,3	4,6	11	102,3	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:		13,588	16,568	51,12	408,316		15,418	19,218	54,71	454,426
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	120	0,5	0,1	10,1	46	130	0,5	0,1	10,1	76
	Обед										
21	Салат луковый с раст. мас	50	0,7	0,9	3,5	25,6	60	0,9	1,8	4,4	38,5
86	Суп Рассольник со сметаной	150	5,27	6,32	22,95	170,47	200	6,36	8,63	27,1	212,38
283\204	Ленивые голубцы в том\см соусе	120\30	11,48	12,31	1,59	156,9	150\30	12,77	13,56	2,04	174,5
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:		23,104	21,75	65,74	556,64		28,693	27,44	88,81	727,94
	"Уплотненный" полдник										
191	Картофельное пюре	120	2,56	4,86	25,58	156,3	140	24,8	9,2	22,3	278,3
57	Кабачковая икра	30	0,8	1,8	4,5	37,4	30	1	1,8	5,6	42,8
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:		4,43	7,11	37,43	233,1		27,94	11,9	40,6	391,9
	Всего:		41,122	45,428	154,29	1405,3		72,051	58,66	194,22	1 801,12

Продукты не содержат ГМО