

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 14.10.2025 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	196,9	200	7,5	9,1	27,8	219,1
248	Какао с молоком	150	3,7	3,97	4,13	89,43	180	4,9	5,27	4,15	113,64
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:		14,73	25,56	56,72	460,72		17,17	29,08	60,45	512,26
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	120	0,5	0,1	10,1	96	130	0,5	0,1	10,1	96,9
	Обед										
22	Салат Луковый с раст.маслом	10	0,26	0,91	2,49	19,2	15	0,39	1,82	3,25	30,82
42	Суп Полевой на к/б со сметаной	150	7,9	2,9	31,7	196,9	200	9,1	3,2	37,8	219,8
116	Капуста тушеная с м\к	60/110	8,3	10,5	13,8	189,7	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	551,9		25,5	17	106,9	682,6
	"Уплотненный" полдник										
174	Котлета рыбная	80	14,87	4,55	2,45	125,12	90	19,1	5,85	3,15	160,87
51	Кабачковая икра	30	5,5	3,4	31,5	53,7	30	5,5	3,4	31,5	53,7
469	Печенье	20	5,09	3,4	50,4	104,6	20	5,72	3,8	56,7	104,6
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:		26,31	11,52	96,45	231,82		31,92	13,35	110,85	301,57
	Всего:		61,24	51,18	245,67	1340,44		75,09	59,53	288,3	1 812,11

Продукты не содержат ГМО