

Утверждено  
Руководитель СПДС "Аленушка"  
О.С. Погосян

Меню на 15.09.2025 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            |
|          | <b>Завтрак</b>                  |                        |              |               |               |                 |                       |              |               |               |                 |
| 178\6    | Макароны с маслом и сахаром     | 150                    | 5,41         | 6,76          | 21,51         | 168,93          | 180                   | 6,68         | 8,63          | 24,42         | 252,59          |
| 885      | Кисель                          | 150                    | 0            | 0             | 22            | 91              | 180                   | 0            | 0             | 25,6          | 106             |
| 1        | Батон с маслом                  | 30/4                   | 4,63         | 14,29         | 27,69         | 174,39          | 30/5                  | 4,77         | 14,71         | 28,5          | 179,52          |
|          | <b>Итого:</b>                   |                        | <b>4,63</b>  | <b>14,29</b>  | <b>49,69</b>  | <b>265,39</b>   |                       | <b>4,77</b>  | <b>14,71</b>  | <b>54,1</b>   | <b>285,52</b>   |
|          |                                 |                        |              |               |               |                 |                       |              |               |               |                 |
|          | <b>2-ой завтрак</b>             |                        |              |               |               |                 |                       |              |               |               |                 |
| 64       | Сок фруктовый                   | 100                    | 0,5          | 0,1           | 10,1          | 46              | 110                   | 0,5          | 0,1           | 10,1          | 46              |
|          |                                 |                        |              |               |               |                 |                       |              |               |               |                 |
|          | <b>Обед</b>                     |                        |              |               |               |                 |                       |              |               |               |                 |
| 22       | Огурец соленый порц             | 20                     | 0,5          | 0             | 2,8           | 45,2            | 40                    | 0,5          | 0             | 2,8           | 65,2            |
| 35       | Суп Уральский на к/б.           | 150                    | 2,12         | 3,06          | 7,81          | 70,95           | 180                   | 3,56         | 5,12          | 14,17         | 117             |
| 161/85   | Котлета из м\к с гороховым пюре | 60/110                 | 14,75        | 14,61         | 39,48         | 341,55          | 70/130                | 16,63        | 16,64         | 43,49         | 382,27          |
| 241      | Компот из с/ф                   | 150                    | 0,22         | 0,006         | 18,21         | 69,96           | 180                   | 0,29         | 0,008         | 24,29         | 93,28           |
| 122      | Хлеб пшеничный                  | 20                     | 1,52         | 0,16          | 9,84          | 47              | 30                    | 2,28         | 0,24          | 14,76         | 70,5            |
| 123      | Хлеб ржаной                     | 40                     | 2,64         | 0,48          | 13,36         | 69,6            | 50                    | 3,3          | 0,6           | 16,7          | 87              |
|          | <b>Итого:</b>                   |                        | <b>21,75</b> | <b>18,316</b> | <b>91,5</b>   | <b>715,21</b>   |                       | <b>26,56</b> | <b>22,608</b> | <b>116,21</b> | <b>750,05</b>   |
|          | <b>"Уплотненный" полдник</b>    |                        |              |               |               |                 |                       |              |               |               |                 |
| 57       | Суп гречневый молочный          | 150                    | 4,5          | 6,98          | 16,3          | 144,5           | 180                   | 7            | 10,4          | 25            | 222,4           |
| 152      | Чай с сахаром                   | 150                    | 0,15         | 0,07          | 7             | 28,5            | 180                   | 0,2          | 0,1           | 9,3           | 38              |
| 469      | Печенье                         | 30                     | 5,09         | 3,4           | 50,4          | 253             | 30                    | 5,72         | 3,8           | 56,7          | 284,6           |
| 122      | Хлеб пшеничный                  | 10                     | 0,76         | 0,08          | 4,92          | 23,5            | 20                    | 1,52         | 0,16          | 9,84          | 47              |
|          | <b>Итого:</b>                   |                        | <b>10,5</b>  | <b>10,53</b>  | <b>78,62</b>  | <b>449,5</b>    |                       | <b>14,44</b> | <b>14,46</b>  | <b>100,84</b> | <b>592</b>      |
|          | <b>Всего:</b>                   |                        | <b>36,88</b> | <b>43,14</b>  | <b>219,81</b> | <b>1 645,03</b> |                       | <b>45,77</b> | <b>51,78</b>  | <b>271,15</b> | <b>1 926,16</b> |

Продукты не содержат ГМО