

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 15.12.2025 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										
168	Макароны с маслом и сахаром	130	3,96	22,94	22,94	151	140	7,7	9,5	20,7	205,7
25	Яйцо 1	40	5,5	5,7	11,7	120,9	40	5,5	5,7	11,7	120,9
49	Чай сладкий	150	0,7	0,1	5,1	44,5	200	1,4	0,2	10,2	49
1	Батон с повидлом	30/8	4,63	14,29	27,69	126,3	30\10	2,4	6,5	15,6	131,3
	Итого:		14,79	43,03	67,43	442,7		17	21,9	58,2	506,9
	2-ой завтрак										
248	Кисель	150	3,7	3,77	9,67	99,86	160	4,6	4,6	10,98	104,7
	Обед										
22	Огурец соленый порц	20	0,5	0	2,8	45,2	40	0,5	0	2,8	65,2
79	Щи из свеж. капусты со сметаной	150	9,5	8,3	14,1	173	200	11,3	10	16,6	199,5
298	Плов рисовый с м\к	150	11,54	12,08	22,12	200,1	180	13,3	14,6	29,5	296,8
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
	Итого:		25,92	21,026	80,43	559,66		30,97	25,448	104,65	747,08
	"Уплотненный" полдник										
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
152	Булочка ванильная	80	14,4	11	44,3	179,1	90	19,1	15,2	54,6	217,3
469	Чай сладкий	150	0,1	0	4	16,8	180	0,1	0	4	16,9
122	Хлеб пшеничный	10	0,7	0,1	5,1	24,5	20	1,4	0,2	10,2	49
	Итого:		21,4	16,2	78,2	389,4		28	21,5	96,4	478
	Всего:		65,81	84,026	235,73	1491,62		80,57	73,448	259,25	1836,68

Продукты не содержат ГМО