

Утверждено  
Руководитель СПДС "Аленушка"  
О.С. Погосян

Меню на 17.12.2025 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
	<b>Завтрак</b>										
91	Каша пшенная молочная	150	6,5	6,5	19,5	202,2	200	7,6	8	22,3	192,9
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
	<b>Итого:</b>		<b>14,83</b>	<b>24,76</b>	<b>51,32</b>	<b>466,02</b>		<b>17,27</b>	<b>27,98</b>	<b>54,95</b>	<b>486,06</b>
	<b>2-ой завтрак</b>										
64	Сок фруктовый	120	0,5	0,1	10,1	46	130	0,5	0,1	10,1	76
	<b>Обед</b>										
7	Салат из кваш.капусты с растит.маслом	40	0,7	2	1,6	67,3	60	1	2	2,2	70,9
79	Щи из свеж. капусты с рыбной конс	150	9,5	8,3	14,1	173	200	11,3	10	16,6	199,5
562	Плов рисовый с туш.гов.	150	7,5	7,9	22,6	250,6	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
	<b>Итого:</b>		<b>21,2</b>	<b>18,8</b>	<b>75,2</b>	<b>656,2</b>		<b>28,5</b>	<b>23</b>	<b>105,2</b>	<b>906,7</b>
	<b>"Уплотненный" полдник</b>										
224	Творожно-манный пудинг со сгущ.мол	130\20	19,4	12,7	23,3	284,2	150\25	23,5	15,5	23,1	324,8
152	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	7	28,5	200	0,2	0,1	9,3	38
122	Хлеб пшеничный	10	0,7	0,1	5,1	24,5	20	1,4	0,2	10,2	49
	<b>Итого:</b>		<b>20,25</b>	<b>12,87</b>	<b>35,4</b>	<b>337,2</b>		<b>25,1</b>	<b>15,8</b>	<b>42,6</b>	<b>411,8</b>
	<b>Всего:</b>		<b>56,78</b>	<b>56,53</b>	<b>172,02</b>	<b>1505,42</b>		<b>71,37</b>	<b>66,88</b>	<b>202,75</b>	<b>1880,56</b>

Продукты не содержат ГМО