

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 |
| | Завтрак | | | | | | | | | | |
| 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 |
| | Итого: | | 14,83 | 24,76 | 51,32 | 466,02 | | 17,27 | 27,98 | 54,95 | 486,06 |
| | 2-ой завтрак | | | | | | | | | | |
| 64 | Сок фруктовый | 120 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 46 | 130 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 76 |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| 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 |
| | Итого: | | 21,2 | 18,8 | 75,2 | 656,2 | | 28,5 | 23 | 105,2 | 906,7 |
| | "Уплотненный" полдник | | | | | | | | | | |
| 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 |
| | Итого: | | 20,25 | 12,87 | 35,4 | 337,2 | | 25,1 | 15,8 | 42,6 | 411,8 |
| | Всего: | | 56,78 | 56,53 | 172,02 | 1505,42 | | 71,37 | 66,88 | 202,75 | 1880,56 |

Продукты не содержат ГМО