

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 19.03.2025 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	162,2	200	7,6	8	22,3	192,9
885	Кисель	150	0	0	22	91	200	0	0	25,6	136
2	Батон с маслом	30/4	2,4	5,7	15,6	123,9	30/5	2,4	6,5	15,6	131,3
	Итого:		8,9	12,2	57,1	377,1		10	14,5	63,5	460,2
2-ой завтрак											
338	Яблоко	150	0,4	0,3	17,1	78	180	0,5	0,3	20,5	93,6
Обед											
7	Салат из кваш.капусты с растит.маслом	40	0,7	2	1,6	27,3	60	1	2	2,2	30,9
34	Свекольник на к/б со смет	150	6,2	6,9	20,2	195,8	200	7,3	9,1	24,2	209,9
562	Жаркое по-домашнему	150	7,5	7,9	22,6	255,6	150	10,3	10	33,5	292,2
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:		17,9	17,4	81,3	192,6		24,5	22,1	112,8	777,1
"Уплотненный" полдник											
224	Творожно-манный пудинг со сгущ. молоком	130\20	19,4	12,7	23,3	284,2	150\25	23,5	15,5	23,1	324,8
248	Какао с молоком	150	1,2	3,8	7,9	159,8	200	1,1	2	11,8	189,7
132	Печенье	18	2,64	0,48	13,36	69,6	20	3,3	0,6	16,7	87
122	Хлеб пшеничный	10	0,7	0,1	5,1	24,5	20	1,4	0,2	10,2	49
	Итого:		23,94	17,08	49,66	538,1		29,3	18,3	61,8	650,5
	Всего:		51,14	46,98	205,16	1415		64,3	55,2	238,1	1887,8

Продукты не содержат ГМО