

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян _____

Меню на 19.092025 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										
178\6	Каша ячневая молочная	150	5,41	6,76	21,51	168,93	180	6,68	8,63	24,42	252,59
248	Какао с молоком	150	1,2	3,8	7,9	59,9	200	1,5	4,8	9,9	74,8
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:		3,6	9,5	23,5	183,8		22,7	21,8	75,4	575,4
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,00	130	0,50	0,10	10,10	46,00
	Обед										
79	Суп Полевой рыбный	150	4,9	6,9	22,6	175,9	200	6,1	8,3	27,1	211,8
298	Капуста тушеная с котлетой из м\г	150	9,3	10,2	9,9	199,9	180	11,3	12,9	12,3	211,9
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:		17,7	17,7	69,4	541,1		23,3	22,2	92,3	667,8
	"Уплотненный" полдник										
172/347	Картофельное пюре	130	20,6	8,7	20,1	247,6	140	24,8	9,2	22,3	278,3
25	Кабачковая икра	30	4,5	4,7	10,3	100,9	30	5,5	5,7	11,7	215,2
122	Хлеб пшеничный	10	0,1	0	4	16,9	20	0,1	0	4	16,9
49	Чай сладкий	150	0,7	0,1	5,1	44,5	200	1,4	0,2	10,2	49
	Итого:		25,9	13,5	39,5	409,9		31,8	15,1	48,2	559,4
	Всего:		47,7	40,8	142,5	1180,8		78,3	59,2	226	1 803,00

Продукты не содержат ГМО