

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 21.07.2025 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										
178\6	Каша ячневая молочная	150	5,41	6,76	21,51	168,93	180	6,68	8,63	24,42	252,59
395	Кофе напиток с молоком	150	3,85	3,83	9,72	89,1	180	4,73	4,71	11,03	105,85
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:		4,63	14,29	27,69	174,39		4,77	14,71	28,5	179,52
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	110	0,5	0,1	10,1	46
	Обед										
22	Огурец соленый порц	20	0,5	0	2,8	45,2	40	0,5	0	2,8	65,2
35	Суп Уральский на к/б.	150	2,12	3,06	7,81	70,95	180	3,56	5,12	14,17	117
161/85	Котлета из м\к с макаронами	60/110	14,75	14,61	39,48	341,55	70/130	16,63	16,64	43,49	382,27
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:		21,75	18,316	91,5	599,06		26,56	22,608	116,21	750,05
	"Уплотненный" полдник										
57	Суп гречневый молочный	150	4,5	6,98	16,3	144,5	180	7	10,4	25	222,4
152	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	7	28,5	180	0,2	0,1	9,3	38
469	Печенье	30	5,09	3,4	50,4	253	30	5,72	3,8	56,7	284,6
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		10,5	10,53	78,62	449,5		14,44	14,46	100,84	592
	Всего:		36,88	43,14	197,81	1 437,88		45,77	51,78	245,55	1 820,16

Продукты не содержат ГМО