

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

Меню на 21.03.2025 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										
168	Каша ячневая молочная	150	5,28	5,7	27,6	184,9	200	7,04	7,6	36,8	245,6
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:		8,88	15,2	51,1	368,7		22,7	21,8	75,4	575,4
	2-ой завтрак										
64	Напиток из шиповника	150	0,50	0,10	10,10	46,00	150	0,50	0,10	10,10	46,00
	Обед										
35	Салат луковый	10	0,4	1,1	3,5	25,3	10	0,6	2,1	4,3	38,4
79	Суп полевой с рыбн консервой	150	4,9	6,9	22,6	175,9	200	6,1	8,3	27,1	211,8
298\312	Капуста тушеная с котлетой из м\г	60/110	9,3	10,2	9,9	199,9	70/130	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:		18,1	18,8	72,9	566,4		23,9	24,3	96,6	706,2
	"Уплотненный" полдник										
172/347	Картоф.пюре с кабачковой икрой	130\30	20,6	8,7	20,1	247,6	150\30	24,8	9,2	22,3	278,3
25	Яйцо вареное	20	4,5	4,7	10,3	100,9	20	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:		53,38	47,6	173,6	1391		78,9	61,3	230,3	1 803,00

Продукты не содержат ГМО