

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 22.09.2025 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	Плов сладкий с морковью	150	3,96	22,94	22,94	191	180	7,7	9,5	20,7	265,7
248	Кисель	150	3,7	3,77	9,67	97,86	180	4,6	4,6	10,98	104,7
1	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30\5	2,4	6,5	15,6	131,3
	Итого:		12,29	41	60,3	463,25		14,7	20,6	47,28	501,7
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,5	0,1	10,1	46
	Обед										
7	Салат из кваш.капусты с растит.масл	40	0,7	2	1,6	37,3	60	1	2	2,2	50,9
67	Суп лапша на к\б	150	4,9	7	21,7	180,7	180	6,1	8,8	26,5	271,3
242	Котлета с гречневым гарниром	100	1,8	7,3	12	186,7	120	2,2	8,5	15	255,3
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:		11,78	16,946	76,71	591,26		15,17	20,148	99,45	828,28
	"Уплотненный" полдник										
171	Картофель тушеный с овощами	150	3,5	5,1	26,5	265,7	180	4	6,3	30,1	394,8
469	Чай сладкий	150	0,1	0	4	16,8	180	0,1	0	4	16,9
122	Хлеб пшеничный	10	0,7	0,1	5,1	24,5	20	1,4	0,2	10,2	49
	Итого:		4,3	5,2	35,6	307		5,5	6,5	44,3	460,7
	Всего:		28,87	63,246	182,71	1407,51		35,87	47,348	191,03	1836,68

Продукты не содержат ГМО