

Утверждено  
Руководитель СПДС "Аленушка"  
О.С. Погосян\_\_\_\_\_

Меню на 24.07.2025 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            |
|          | <b>Завтрак</b>                    |                        |              |              |              |               |                       |             |             |            |                 |
| 93       | Каша Ассорти молочная с мас и сах | 150                    | 6,2          | 5,1          | 24,8         | 169           | 200                   | 7,4         | 6,1         | 27,6       | 194,8           |
| 395      | Кофе напиток с молоком            | 150                    | 4,3          | 4,6          | 11           | 102,3         | 200                   | 5,3         | 5,7         | 12,7       | 122,7           |
| 2        | Батон с маслом                    | 30/4                   | 2,4          | 5,7          | 15,6         | 123,9         | 30/5                  | 2,4         | 6,5         | 15,6       | 131,3           |
|          | <b>Итого:</b>                     |                        | 12,9         | 15,4         | 51,4         | 395,2         |                       | 15,1        | 18,3        | 55,9       | 448,8           |
|          | <b>2-ой завтрак</b>               |                        |              |              |              |               |                       |             |             |            |                 |
| 64       | Сок фруктовый                     | 100                    | 0,50         | 0,10         | 10,10        | 46,00         | 130                   | 0,50        | 0,10        | 10,10      | 46,00           |
|          |                                   |                        |              |              |              |               |                       |             |             |            |                 |
|          | <b>Обед</b>                       |                        |              |              |              |               |                       |             |             |            |                 |
| 22       | Салат Летний с луком              | 30                     | 0,4          | 2            | 2,1          | 49,3          | 40                    | 0,5         | 2           | 2,8        | 53,9            |
| 79       | Щи из свеж. капусты со сметаной   | 150                    | 9,5          | 8,3          | 14,1         | 173           | 200                   | 11,3        | 10          | 16,6       | 199,5           |
| 298      | Плов рисовый                      | 150                    | 9,6          | 10,7         | 24,7         | 228,1         | 200                   | 11,2        | 12,3        | 32,9       | 281             |
| 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           |
|          | <b>Итого:</b>                     |                        | 23           | 21,6         | 77,8         | 615,7         |                       | 28,9        | 25,3        | 105,2      | 778,5           |
|          |                                   |                        |              |              |              |               |                       |             |             |            |                 |
|          | <b>"Уплотненный" полдник</b>      |                        |              |              |              |               |                       |             |             |            |                 |
| 93       | Омлет                             | 90                     | 8,2          | 9,7          | 3,6          | 136,1         | 100                   | 9,2         | 11,7        | 5          | 154,1           |
| 152      | Булочка                           | 80                     | 14,4         | 11           | 44,3         | 279,1         | 100                   | 19,1        | 15,2        | 54,6       | 337,3           |
| 122      | Хлеб пшеничный                    | 10                     | 0,1          | 0            | 4            | 16,8          | 20                    | 0,1         | 0           | 4          | 16,9            |
| 49       | Чай с сахаром                     | 150                    | 0,15         | 0,07         | 7            | 28,5          | 200                   | 1,4         | 0,2         | 10,2       | 49              |
|          | <b>Итого:</b>                     |                        | 22,85        | 20,77        | 58,9         | 460,5         |                       | 29,8        | 27,1        | 73,8       | 557,3           |
|          | <b>Всего:</b>                     |                        | <b>59,25</b> | <b>57,87</b> | <b>198,2</b> | <b>1517,4</b> |                       | <b>74,3</b> | <b>70,8</b> | <b>245</b> | <b>1 830,60</b> |

Продукты не содержат ГМО