

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 24.11.2025 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										
5	Яйцо вареное	20	2,38	2,02	0,12	28,28	20	2,38	2,02	0,12	28,28
195	Макароны с маслом	110	3,108	2,508	19,281	112,25	150	4,659	3,399	28,918	165,079
411	Чай сладкий	150	0	0	3	12	180	0	0	4	16
348	Батон с повидлом	25\20	1,975	0,725	27,23	123,42	30\25	2,375	0,87	33,395	151
	Итого:		7,463	5,253	49,631	275,95		9,414	6,289	66,433	360,359
	2-ой завтрак										
99	Кисель	150	0	0	13,19	52,768	150	0	0	13,19	52,768
	Обед										
70	Огурец соленый порц.	20	0,2	0,025	0,425	3,25	30	0,28	0,035	0,595	4,95
88	Щи со сметаной на к\б	150	7,01	6,92	32,51	203,2	200	6,36	8,63	27,1	212,38
523	Плов рисовый с м\к	50	7,2	7,8	5,3	171,6	180	13,3	14,6	29,5	296,8
394	Компот из с/ф	150	0,114	0	12	45,27	180	0,133	0	16,62	63,46
1\1	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8	30	4,28	1,8	17,4	109,6
1\2	Хлеб ржаной	40	3,4	1,32	17	103,6	50	4,25	1,65	21,25	129,5
	Итого:		20,064	16,965	75,935	581,72		28,603	26,715	112,465	816,69
	"Уплотненный" полдник										
178\6	Каша ячневая молочная	150	5,41	6,76	21,51	188,93	180	6,68	8,63	24,42	222,59
467	Булочка ванильная	80	7,5	10,3	41,4	239,9	90	8,1	12,4	45,7	273,8
411	Чай сладкий	150	0	0	3	12	180	0	0	4	16
1\1	Хлеб пшеничный	10	1,07	0,45	4,35	27,4	20	2,14	0,9	8,7	54,8
	Итого:		13,98	17,51	70,26	468,23		16,92	21,93	82,82	567,19
	Всего:		41,507	39,728	209,016	1378,668		54,937	54,934	261,718	1797,007

Продукты не содержат ГМО