

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

Меню на 25.12.2025 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>										
146/3	Каша Ассорти молочная	150	5,51	6,98	23,43	178,86	180	8,63	6,66	26,45	210,5
397	Кофе напиток с молоком	150	4,3	4,6	11	102,3	180	4,73	4,71	11,03	105,85
3	Батон с маслом, сыром	30\4\12	5	6,9	15,4	145,3	30\5\18	6,4	9,3	15,5	172,85
	<b>Итого:</b>		14,81	18,48	49,83	426,46		19,76	20,67	52,98	489,2
	<b>2-ой завтрак</b>										
34	Кисломолочный продукт	150	4,20	3,70	19,50	129,00	150	4,20	3,70	19,50	129,00
	<b>Обед</b>										
47	Салат из квашеной капусты с луком и р	40	0,86	1,82	3,023	33,05	50	0,64	0,92	2,49	21,74
4	Свекольник со сметаной	150	6,33	6,81	21,29	172,52	200	7,36	9,25	25,06	213,85
153	Жаркое по-домашнему с м\к	150	3,37	5,485	25,29	163,37	180	3,92	7,185	29,059	195,81
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
	<b>Итого:</b>		16,214	16,335	87,303	572,61		20,583	20,805	111,879	733,96
	<b>"Уплотненный" полдник</b>										
68	Омлет	100	8,428	10,682	4,612	108,734	100	7,618	8,963	3,322	124,802
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
	<b>Итого:</b>		16,998	21,432	53,362	388,034		17,858	22,263	61,722	469,402
	<b>Всего:</b>		<b>52,222</b>	<b>59,947</b>	<b>209,995</b>	<b>1516,104</b>		<b>62,401</b>	<b>67,438</b>	<b>246,081</b>	<b>1 821,56</b>

Продукты не содержат ГМО