

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 26.11.2025 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										
11	Морковь, тертая с сахаром	40	1,598	1,808	3,15	35,216	40	1,598	1,808	3,15	35,216
178	Каша пшенная жидкая молочная	150	4,83	6,89	16,87	149,1	180	6,72	8,7	24,21	222,84
395	Кофе напиток с молоком	150	3,85	3,83	9,72	89,1	180	4,73	4,71	11,03	105,85
1	Батон с маслом	30\4	2,28	3,4	15,46	101,87	30\5	2,29	4,06	15,48	107,69
	Итого:		12,558	15,928	45,2	375,286		15,338	19,278	53,87	471,596
	2-ой завтрак										
10	Сок фруктовый	130	0,9	0	18,18	76	130	0,5	0,1	10,1	76
	Обед										
47	Салат из квашеной капусты с луком и расти	40	0,86	1,82	3,023	33,05	50	0,8	1,8	3	33
86	Суп Полевой на к\б	150	5,27	6,32	22,95	190,47	200	6,36	8,63	27,1	212,38
36	Азу с м\к	150	10,7	11,3	19,1	320,2	180	12,1	13	21,6	251
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:		22,484	21,66	82,773	747,39		27,923	26,88	106,97	798,94
	"Уплотненный" полдник										
224	Творожно-рисовая запеканка со сгущённым	120\20	21	15,6	23,1	314	150\25	33,571	15,51	34,218	411,363
140	Фрукт (яблоко)	200	10,028	10,882	10,012	178,934	200	10,028	10,882	10,012	178,934
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:		32,098	26,932	40,462	532,334		45,739	27,292	56,93	661,097
	Всего:		68,04	64,52	186,615	1731,01		89,5	73,55	217,77	2007,633

Продукты не содержат ГМО