

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

Меню на 27.11.2025 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
	<b>Завтрак</b>										
93	Каша Дружба молочная с мас и сах	150	6,2	5,1	24,8	169	180	6,43	8,56	26,24	208,13
395	Кофе напиток с молоком	150	4,3	4,6	11	102,3	180	4,73	4,71	11,03	105,85
2	Батон с маслом	30/4	2,4	5,7	15,6	123,9	30\5\18	6,4	9,3	15,5	172,85
	<b>Итого:</b>		12,9	15,4	51,4	395,2		17,56	22,57	52,77	486,83
	<b>2-ой завтрак</b>										
64	Йогурт	100	0,50	0,10	10,10	46,00	100	0,50	0,10	10,10	46,00
	<b>Обед</b>										
21	Салат луковый с сол. огурцом и раст. м	40	0,34	0,92	2,1	18,74	50	0,43	1,82	2,49	28,77
4	Свекольник на к\б	150	6,33	6,81	21,29	172,52	200	7,36	9,25	25,06	203,85
302\305	Бефстроганов из м\к с гречневым гарни	60\100	19,6	20,2	19,5	252,2	80\120	22,9	25	26,7	360
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>		31,924	30,15	80,59	647,13		39,353	39,52	109,52	895,18
	<b>"Уплотненный" полдник</b>										
68	Омлет	100	8,428	10,682	4,612	148,734	100	7,618	8,963	3,322	124,802
452	Булочка с джемом	90	8,07	11,15	50,05	212,67	100	8,68	13,53	41,71	271,77
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>		17,568	22,282	62,012	400,804		18,438	23,393	57,732	467,372
	<b>Всего:</b>		<b>62,892</b>	<b>67,932</b>	<b>204,102</b>	<b>1489,134</b>		<b>75,851</b>	<b>85,583</b>	<b>230,122</b>	<b>1 895,38</b>

Продукты не содержат ГМО