

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

Меню на 28.08.2025 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>                    |                        |              |               |               |               |                       |              |              |              |               |
|          |                                   |                        |              |               |               |               |                       |              |              |              |               |
| 171      | Суп вермишел. молочный            | 150                    | 5,6          | 7,3           | 18,1          | 161,4         | 180                   | 6,9          | 9,2          | 21,6         | 198           |
| 248      | Кофе напиток с молоком            | 150                    | 1,2          | 3,8           | 7,9           | 59,8          | 180                   | 1,1          | 2            | 11,8         | 69,7          |
| 1        | Батон с маслом                    | 30/4                   | 4,63         | 14,29         | 27,69         | 174,39        | 30\5                  | 2,4          | 6,5          | 15,6         | 131,3         |
|          | <b>Итого:</b>                     |                        | <b>11,43</b> | <b>25,39</b>  | <b>53,69</b>  | <b>395,59</b> |                       | <b>10,4</b>  | <b>17,7</b>  | <b>49</b>    | <b>399</b>    |
|          | <b>2-ой завтрак</b>               |                        |              |               |               |               |                       |              |              |              |               |
| 64       | Сок фруктовый                     | 100                    | 0,5          | 0,1           | 10,1          | 46            | 100                   | 0,5          | 0,1          | 10,1         | 46            |
|          |                                   |                        |              |               |               |               |                       |              |              |              |               |
|          | <b>Обед</b>                       |                        |              |               |               |               |                       |              |              |              |               |
| 22       | Салат из помидоров и лука         | 40                     | 0,1          | 1             | 8,2           | 62,6          | 50                    | 0,2          | 2            | 10,3         | 90,7          |
| 81       | Суп гороховый на к/б              | 150                    | 8,20         | 5,40          | 25,20         | 183,50        | 200                   | 10,30        | 5,80         | 30,70        | 219,60        |
| 30       | Гуляш из м\к с гречневым гарниром | 60\110                 | 13,5         | 14,9          | 23            | 281,4         | 70\120                | 16,1         | 17,9         | 31           | 349,7         |
| 241      | Компот из с/ф                     | 150                    | 0,1          | 0             | 11,5          | 46,6          | 180                   | 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>                     |                        | <b>25,3</b>  | <b>21,9</b>   | <b>93,3</b>   | <b>692,8</b>  |                       | <b>32,5</b>  | <b>26,70</b> | <b>124,9</b> | <b>904,1</b>  |
|          |                                   |                        |              |               |               |               |                       |              |              |              |               |
|          | <b>"Уплотненный" полдник</b>      |                        |              |               |               |               |                       |              |              |              |               |
| 215      | Омлет                             | 90                     | 7,3          | 9,7           | 3,6           | 130,7         | 100                   | 8,3          | 10,7         | 5            | 149,6         |
| 152      | Чай с сахаром                     | 150                    | 0,05         | 0,015         | 8,33          | 3,33          | 180                   | 0,07         | 0,02         | 11,1         | 4,44          |
| 152      | Булочка ванильная                 | 80                     | 14,4         | 11            | 44,3          | 279,1         | 100                   | 19,1         | 15,2         | 54,6         | 337,3         |
| 122      | Хлеб пшеничный                    | 10                     | 0,7          | 0,1           | 5,1           | 24,5          | 20                    | 1,4          | 0,2          | 10,2         | 49            |
|          | <b>Итого:</b>                     |                        | <b>22,45</b> | <b>20,815</b> | <b>61,33</b>  | <b>437,63</b> |                       | <b>28,87</b> | <b>26,12</b> | <b>80,9</b>  | <b>540,34</b> |
|          | <b>Всего:</b>                     |                        | <b>59,68</b> | <b>68,205</b> | <b>218,42</b> | <b>1499,3</b> |                       | <b>72,27</b> | <b>70,62</b> | <b>264,9</b> | <b>1897,1</b> |

Продукты не содержат ГМО