

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 28.10.2025 г.
Возрастная категория от 1,5 до 7 лет

№ рец-ры	Наименование блюда	Химический состав/Если					Химический состав/Сад				
		Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы	Ккал	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы	Ккал
	Завтрак										
25	Яйцо 1\2	20	4,5	4,7	10,3	100,9	20	5,5	5,7	11,7	120,9
43	Суп вермиш. молочный	150	4,8	6,166	16,863	142,526	180	6,07	7,852	20,58	177,592
248	Какао с молоком	150	3,7	3,97	4,13	89,43	180	4,9	5,27	4,15	113,64
1	Батон с маслом	30\4	4,63	14,29	27,69	174,39	30\5	2,40	6,50	15,60	131,30
	Итого:		13,13	24,426	48,683	406,346		13,37	19,622	40,33	422,532
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,00	100	0,50	0,10	10,10	46,00
	Обед										
35	Рассольник со сметаной на к\б	150	1,61	1,7	10,2	162,8	180	2,68	2,83	17,14	104,7
9	Овощное рагу с м/к	150	7,23	10,12	10,15	158	180	9,64	13,49	13,53	210,74
241	Компот из с/ф	150	0,22	0,006	18,21	69,96	180	0,29	0,008	24,29	93,28
122	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	30	2,28	0,24	14,76	70,5
123	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	50	3,3	0,6	16,7	87
	Итого:		13,22	12,466	61,76	507,36		18,19	17,168	86,42	566,22
	"Уплотненный" полдник										
175	Тефтели рыбные в том\смет соусе	80\20	11,14	4,58	14,48	135,63	90\25	13,79	5,19	17,23	170,88
510	Свекольный гарнир	60	0,36	1,4	2,31	53,4	80	0,36	1,4	2,31	83,4
469	Печенье	20	5,09	3,4	50,4	104,6	20	5,72	3,8	56,7	104,6
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	180	0,07	0,02	11,1	4,44
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		17,4	9,475	80,44	215,86		21,46	10,57	97,18	305,72
	Всего:		43,75	46,367	190,883	1409		53,02	47,36	223,93	1 809,19

Продукты не содержат ГМО