

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 28.11.2025 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										
178	Каша Геркулесовая молочная	150	5,85	7,64	20,85	175,792	180	6,9	9,32	23,27	224,894
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:		11,98	14,87	46,03	366,762		13,92	18,09	49,78	438,434
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	120	0,5	0,1	10,1	46	150	0,9	0	18,18	166
	Обед										
230	Суп Харчо	150	4,9	5	19,7	158,7	180	6,2	7,4	22,7	211,88
283\354	Котлета мясная с тушеной капустой	60\130	15,68	16,7	10,32	248,2	70\130	14,93	16,2	11,43	244,9
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	109,96
1\2	Хлеб ржаной	40	3,4	1,32	17	103,6	50	4,25	1,65	21,25	129,5
	Итого:		26,234	23,92	67,72	610,57		29,793	27,05	89,4	759,7
	"Уплотненный" полдник										
240	Салат «Овощной» с растит.масл	60	1,144	1,964	7,45	101,84	70	7,172	7,745	9,758	137,398
269	Суфле из рыбы	80	25,8	8	7,7	204	90	29,5	10,5	10,4	191,9
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:		28,014	10,414	22,5	345,24		38,812	19,145	32,858	400,098
	Всего:		66,228	49,204	136,25	1405,3		82,525	64,29	190,22	1 801,12

Продукты не содержат ГМО