

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 29.10.2025 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										
112	Морковь с сахаром	40	1,598	1,808	3,15	35,216	50	1,718	1,818	3,78	38,296
91	Каша пшенная молочная	150	6,5	6,5	19,5	195,2	200	7,6	8	22,3	192,9
248	Какао 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	45807	4,77	14,71	28,5	179,52
	Итого:		12,33	24,59	55,09	429,39		13,47	24,71	62,6	442,12
	2-ой завтрак										
64	Молоко кипяченое	100	0,5	0,1	10,1	86	130	0,5	0,1	10,1	122
	Обед										
22	Огурец соленый порц	20	0,5	0	2,8	45,2	40	0,5	0	2,8	65,2
34	Борщ на к/б со смет	150	6,2	6,9	20,2	195,8	200	7,3	9,1	24,2	209,9
562	Плов рисовый с м\к	150	7,5	7,9	22,6	280,6	150	10,3	10	33,5	392,2
241	Компот из с/ф	150	0,1	0	11,5	46,6	200	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
	Итого:		17,7	15,4	82,5	641,7		24	20,1	113,4	846,2
	"Уплотненный" полдник										
224	Творожно-манная запеканка с джемом	130\20	19,4	12,7	23,3	254,2	150\25	23,5	15,5	23,1	324,8
152	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	7	28,5	200	0,2	0,1	9,3	38
122	Хлеб пшеничный	10	0,7	0,1	5,1	24,5	20	1,4	0,2	10,2	49
	Итого:		20,25	12,87	35,4	307,2		25,1	15,8	42,6	411,8
	Всего:		50,78	52,96	183,09	1464,29		63,07	60,71	218,6	1822,12

Продукты не содержат ГМО