

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

Меню на 30.05.2025 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>                     |                        |              |              |               |                |                       |             |             |              |                 |
| 178\5    | Каша геркулесовая молочная         | 150                    | 5,85         | 7,64         | 20,85         | 175,79         | 180                   | 6,9         | 9,32        | 23,27        | 204,8           |
| 248      | Какао с молоком                    | 150                    | 1,2          | 3,8          | 7,9           | 59,9           | 200                   | 1,5         | 4,8         | 9,9          | 74,8            |
| 2        | Батон с маслом                     | 30/4                   | 2,4          | 5,7          | 15,6          | 123,9          | 30/5                  | 2,4         | 6,5         | 15,6         | 131,3           |
|          | <b>Итого:</b>                      |                        | 9,45         | 17,14        | 44,35         | 359,59         |                       | 22,7        | 21,8        | 75,4         | 575,4           |
|          | <b>2-ой завтрак</b>                |                        |              |              |               |                |                       |             |             |              |                 |
| 64       | Сок фруктовый                      | 100                    | 0,50         | 0,10         | 10,10         | 46,00          | 130                   | 0,50        | 0,10        | 10,10        | 46,00           |
|          |                                    |                        |              |              |               |                |                       |             |             |              |                 |
|          | <b>Обед</b>                        |                        |              |              |               |                |                       |             |             |              |                 |
| 35       | Салат луковый                      | 10                     | 0,4          | 1,1          | 3,5           | 25,3           | 10                    | 0,6         | 2,1         | 4,3          | 38,4            |
| 79       | Суп полевой с рыбн консервой       | 150                    | 4,9          | 6,9          | 22,6          | 175,9          | 200                   | 6,1         | 8,3         | 27,1         | 211,8           |
| 298      | Капуста тушеная с м\гов            | 150                    | 9,3          | 10,2         | 9,9           | 199,9          | 180                   | 11,3        | 12,9        | 12,3         | 211,9           |
| 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           |
|          | <b>Итого:</b>                      |                        | 18,1         | 18,8         | 72,9          | 566,4          |                       | 23,9        | 24,3        | 96,6         | 706,2           |
|          |                                    |                        |              |              |               |                |                       |             |             |              |                 |
|          | <b>"Уплотненный" полдник</b>       |                        |              |              |               |                |                       |             |             |              |                 |
| 172/347  | Котлета рыбная с макарон. и с соус | 80\90                  | 20,6         | 8,7          | 20,1          | 247,6          | 90\110                | 24,8        | 9,2         | 22,3         | 278,3           |
| 25       | Кабачковая икра                    | 30                     | 4,5          | 4,7          | 10,3          | 100,9          | 30                    | 5,5         | 5,7         | 11,7         | 215,2           |
| 122      | Хлеб пшеничный                     | 10                     | 0,1          | 0            | 4             | 16,9           | 20                    | 0,1         | 0           | 4            | 16,9            |
| 49       | Чай сладкий                        | 150                    | 0,7          | 0,1          | 5,1           | 44,5           | 200                   | 1,4         | 0,2         | 10,2         | 49              |
|          | <b>Итого:</b>                      |                        | 25,9         | 13,5         | 39,5          | 409,9          |                       | 31,8        | 15,1        | 48,2         | 559,4           |
|          | <b>Всего:</b>                      |                        | <b>53,95</b> | <b>49,54</b> | <b>166,85</b> | <b>1381,89</b> |                       | <b>78,9</b> | <b>61,3</b> | <b>230,3</b> | <b>1 803,00</b> |

Продукты не содержат ГМО