

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 О.С. Погосян

Меню на 31.03.2025 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											
252	Макароны с маслом и сахаром	120	2,5	2,1	0,2	31	130	2,5	2,1	0,2	31
25	Яйцо вареное	40	4,5	4,7	10,3	100,9	40	5,5	5,7	11,7	215,2
395	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,49	15,56	92,15	200	4,2	3,32	20,74	122,87
1	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5	179,52
	Итого:		14,78	23,58	53,75	398,44		16,97	25,83	61,14	548,59
2-ой завтрак											
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,5	0,1	10,1	46
Обед											
38	Огурец соленый порц.	20	0,4	1,1	2,5	21,3	30	0,6	2,1	3,3	34,4
42	Суп Уральский на к\б	150	7,9	2,9	31,7	186,9	200	9,1	3,2	37,8	219,8
116	котлета с горох.пюре	60/110	8,3	10,5	13,8	179,7	80/120	10,5	12,8	16,2	218,7
241	Компот из с/ф	150	0,22	0,006	18,21	69,96	200	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:		20,98	15,146	89,41	574,46		26,07	18,948	113,05	723,68
"Уплотненный" полдник											
57	Суп гречневый молочный	150	4,5	6,98	16,3	144,5	200	7	10,4	25	222,4
152	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	7	28,5	200	0,2	0,1	9,3	38
469	Булочка с посыпкой	80	5,09	3,4	50,4	253	90	5,72	3,8	56,7	284,6
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		10,5	10,53	78,62	449,5		14,44	14,46	100,84	592
	Всего:		46,26	49,26	221,78	1 422,40		57,48	59,24	275,03	1 864,27

Продукты не содержат ГМО