

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян _____

Меню на 31.10.2025 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
	Завтрак									
178\6	Каша геркулесовая молочная	150	5,41	6,76	21,51	168,93	180	6,68	8,63	24,42
395	Кофе напиток с молоком	150	4,3	4,6	11	102,3	200	5,3	5,7	12,7
2	Батон с маслом	30/4	2,4	5,7	15,6	123,9	30/5	2,4	6,5	15,6
	Итого:		6,7	10,3	26,6	226,2		22,7	21,8	75,4
	2-ой завтрак									
64	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,00	130	0,50	0,10	10,10
	Обед									
22	Салат Луковый с раст.маслом	10	0,26	0,91	2,49	19,2	15	0,39	1,82	3,25
79	Суп лапша	150	4,9	6,9	22,6	175,9	200	6,1	8,3	27,1
298	Ленивые голубцы в том\см соусе	150	9,3	10,2	9,9	199,9	180	11,3	12,9	12,3
241	Компот из с/ф	150	0,1	0	11,5	46,6	200	0,2	0	16,1
122	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	10,2	49	30	2,1	0,4	15,2
123	Хлеб ржаной	40	2	0,4	15,2	69,7	50	3,6	0,6	21,6
	Итого:		17,7	17,7	69,4	541,1		23,3	22,2	92,3
	"Уплотненный" полдник									
168	Рыбное суфле	80	1,7	4	32,1	171,9	90	2	5,1	37,8
7	Кабачковая икра	30	0,7	2	1,6	27,3	30	1	2	2,2
469	Печенье	20	5,09	3,4	50,4	104,6	20	5,72	3,8	56,7
122	Хлеб пшеничный	10	0,1	0	4	16,9	20	0,1	0	4
49	Чай сладкий	150	0,7	0,1	5,1	44,5	200	1,4	0,2	10,2
	Итого:		8,29	9,5	93,2	260,6		10,22	11,1	110,9
	Всего:		33,19	37,6	199,3	1073,9		56,72	55,2	288,7

Продукты не содержат ГМО

Ккал
252,59
122,7
131,3
575,4
46,00
30,82
211,8
211,9
65,1
73,5
105,5
667,8
206,1
30,9
104,6
16,9
49
302,9
1 803,00