

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 4.02.2026 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										
171	Каша манная молочная	150	5,6	7,3	18,1	161,4	180	6,9	9,2	21,6	198
11	Морковь, тертая с сахаром	40	1,598	1,808	3,15	35,216	50	1,718	1,818	3,78	38,296
397	Кофе напиток с молоком	150	4,3	4,6	11	102,3	180	4,73	4,71	11,03	105,85
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:		16,128	27,998	59,94	473,306		18,118	30,438	64,91	521,666
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	120	0,5	0,1	10,1	46	130	0,5	0,1	10,1	76
	Обед										
7	Салат из кваш.капусты с растит.маслом	40	0,7	2	1,6	67,3	60	1	2	2,2	70,9
79	Свекольник со сметаной	150	9,5	8,3	14,1	153	200	11,3	10	16,6	199,5
298	Бефстроганов из м\к с гречн. гарниром	150	9,6	10,7	24,7	228,1	180	11,2	12,3	32,9	281
241	Компот из с/ф	150	0,1	0	11,5	46,6	180	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:		23,3	21,6	77,3	613,7		29,4	25,3	104,6	795,5
	"Уплотненный" полдник										
251	Творожно-манный пудинг со сгущенным м	120\20	21,3	7,6	16	290	140\25	23,1	8,2	17,4	316,2
152	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	7	28,5	180	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:		22,15	7,77	28,1	343		24,7	8,5	36,9	403,2
	Всего:		62,078	57,468	175,44	1476,006		72,718	64,338	206,41	1796,366

Продукты не содержат ГМО