

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 10.03.2026 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										
88	Каша манная молочная	150	5,28	6,706	21,166	166,38	180	6,29	8,29	23,74	195,058
397	Какао с молоком	150	3,7	3,77	9,67	87,86	180	4,6	4,6	10,98	114,37
1	Батон с маслом	30\4	2,28	3,4	15,46	101,87	30\5	2,29	4,06	15,48	107,69
	Итого:		11,26	13,876	46,296	356,11		13,18	16,95	50,2	417,118
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	150	0,5	0,1	10,1	76	150	0,5	0,1	10,1	76
	Обед										
63	Борщ со сметаной с туш.гов.	150	5,58	5,64	22,94	165,43	180	6,78	8,088	27,139	199,23
321	Плов с тушеной гов.	150	4,5	3,8	24,3	149,38	180	5,4	5,5	28,8	186,19
394	Компот из с/ф	150	0,114	0	12	45,27	180	0,133	0	16,62	63,46
1\1	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8	30	4,28	1,8	17,4	109,6
1\2	Хлеб ржаной	40	3,4	1,32	17	103,6	50	4,25	1,65	21,25	129,5
	Итого:		15,734	11,66	84,94	518,48		20,843	17,038	111,209	488,75
	"Уплотненный" полдник										
178/6	Суп вермишелевый молочный	150	5,41	6,76	21,51	168,93	180	6,68	8,63	24,42	202,59
467	Булочка с творогом	100	7,5	10,3	41,4	239,9	120	8,1	12,4	45,7	273,8
411	Чай сладкий	150	0	0	3	12	180	0	0	4	16
1\1	Хлеб пшеничный	10	1,07	0,45	4,35	27,4	20	2,14	0,9	8,7	54,8
	Итого:		13,98	17,51	70,26	448,23		16,92	21,93	82,82	547,19
	Всего:		40,97	43,05	201,50	#ССЫЛКА!		50,94	55,92	244,23	#ССЫЛКА!

Продукты не содержат ГМО