

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 11.03.2026 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										
178/3	Каша пшенная молочная	150	5,69	7,12	21,71	174,01	180	6,72	8,7	24,21	222,84
395	Кофе напиток с молоком	150	3,85	3,83	9,72	89,1	180	4,73	4,71	11,03	105,85
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:		11,67	14,29	46,84	363,74		13,74	17,47	50,72	436,38
	2-ой завтрак										
419	Молоко кипяченое	150	3,24	3,36	5,16	64,08	150	4,05	4,2	6,45	80,1
	Обед										
112	Суп лапша на к\б	150	5,48	5,095	22,124	157,36	200	7,07	7,17	28,56	208,45
321	Овощное рагу с м\к	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:		29,974	27,17	109,7	734,26		21,133	16,12	112,63	697,2
	"Уплотненный" полдник										
224	Творожно-манная запеканка с джемом	130\20	27,14	12,217	28,456	332,822	150\25	33,571	15,51	34,218	451,363
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:		22,37	8,05	23,35	329,4		35,711	16,41	46,918	522,163
	Всего:		67,25	52,87	185,05	1 491,48		74,63	54,20	216,72	1 735,84

Продукты не содержат ГМО