

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 12.01.2026 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										
168	Макароны с маслом и сахаром	130	3,96	22,94	22,94	201	140	7,7	9,5	20,7	225,7
49	Чай сладкий	150	0,7	0,1	5,1	44,5	200	1,4	0,2	10,2	49
1	Батон с повидлом	30/8	4,63	14,29	27,69	126,3	30\10	2,4	6,5	15,6	131,3
	Итого:		9,29	37,33	55,73	371,8		11,5	16,2	46,5	406
	2-ой завтрак										
248	Кисель	150	3,7	3,77	9,67	99,86	160	4,6	4,6	10,98	104,7
	Обед										
22	Огурец соленый порц	20	0,5	0	2,8	45,2	40	0,5	0	2,8	65,2
79	Суп Полевой с рыб.консервой	150	9,5	8,3	14,1	173	200	11,3	10	16,6	199,5
298	Плов рисовый с туш.гов.	150	11,54	12,08	22,12	200,1	180	13,3	14,6	29,5	296,8
241	Компот из с/ф	150	0,22	0,006	18,21	69,96	180	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:		25,92	21,026	80,43	559,66		30,97	25,448	104,65	747,08
	"Уплотненный" полдник										
93	Каша ячневая молочная с мас и сах	150	6,2	5,1	24,8	169	180	7,4	6,1	27,6	194,8
152	Печенье	20	14,4	11	44,3	109,1	20	14,4	11	44,3	109,1
469	Чай сладкий	150	0,1	0	4	16,8	180	0,1	0	4	16,9
122	Хлеб пшеничный	10	0,7	0,1	5,1	24,5	20	1,4	0,2	10,2	49
	Итого:		21,4	16,2	78,2	319,4		23,3	17,3	86,1	369,8
	Всего:		60,31	78,326	224,03	1350,72		70,37	63,548	237,25	1627,58

Продукты не содержат ГМО