

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 12.02.2026 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											
93	Каша Дружба молочная с мас и сах	150	6,2	5,1	24,8	169	180	7,4	6,1	27,6	214,8
397	Кофе напиток с молоком	150	4,3	4,6	11	102,3	180	4,73	4,71	11,03	105,85
3	Батон с маслом, сыром	30\4\12	5	6,9	15,4	145,3	30\5\18	6,4	9,3	15,5	172,85
Итого:			15,5	16,6	51,2	416,6		18,53	20,11	54,13	493,5
2-ой завтрак											
34	Кисломолочный продукт	150	4,20	3,70	19,50	129,00	150	4,20	3,70	19,50	129,00
Обед											
47	Салат из квашеной капусты с луком и р	40	0,86	1,82	3,023	33,05	50	0,64	0,92	2,49	21,74
4	Свекольник со сметаной	150	6,33	6,81	21,29	172,52	200	7,36	9,25	25,06	213,85
298	Гуляш из мяк с гречневым гарниром	150	11,54	12,08	22,12	200,1	180	13,3	14,6	29,5	296,8
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:			24,384	22,93	84,133	609,34		29,963	28,22	112,32	834,95
"Уплотненный" полдник											
68	Омлет	100	8,428	10,682	4,612	108,734	100	7,618	8,963	3,322	124,802
606	Печенье	30	2,3	2,9	26,3	105,1	30	2,3	2,9	26,3	125,1
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:			11,798	14,032	38,262	253,234		12,058	12,763	42,322	320,702
Всего:			55,882	57,262	193,095	1408,174		64,751	64,793	228,272	1 778,15

Продукты не содержат ГМО