

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 12.05.2026 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
5	Яйцо 1\2	20	2,38	2,02	0,12	28,28	20	2,38	2,02	0,12	28,28
248	Кофе напиток с молоком	150	1,2	3,8	7,9	59,8	180	1,1	2	11,8	69,7
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:		13,81	27,41	53,81	423,87		15,15	27,93	62,02	475,5
	2-ой завтрак										
64	Напиток из шиповника	150	0,5	0,1	10,1	46	150	0,5	0,1	10,1	46
	Обед										
88	Щи из свеж. капусты со сметаной	150	7,01	6,92	32,51	153,2	200	8,5	9,3	39,1	168,6
298	Плов рисовый с м/к	150	11,54	12,08	22,12	200,1	180	13,3	14,6	29,5	236,8
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:		22,93	19,646	96,04	386,66		27,67	24,748	124,35	487,58
	"Уплотненный" полдник										
168	Суп гречневый молочный	150	5,51	6,98	23,43	108,86	180	8,63	6,66	26,45	130,75
606	Печенье	30	2,3	2,9	26,3	105,1	30	2,3	2,9	26,3	105,1
152	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	7	28,5	180	0,2	0,1	9,3	38
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		8,72	10,03	61,65	265,96		12,65	9,82	71,89	190,1
	Всего:		45,46	57,09	211,50	1 283,89		55,47	62,50	258,26	1 397,18

Продукты не содержат ГМО