

Утверждено  
 Руководитель СПДС "Аленушка"  
 О.С. Погосян \_\_\_\_\_

Меню на 14.05.2026 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
	<b>Завтрак</b>										
178/3	Каша пшенная молочная	150	5,69	7,12	21,71	174,01	180	6,72	8,7	24,21	222,84
397	Какао с молоком	150	3,7	3,77	9,67	87,86	180	4,6	4,6	10,98	114,37
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
	<b>Итого:</b>		14,39	17,79	46,78	407,17		17,72	22,6	50,69	510,06
	<b>2-ой завтрак</b>										
34	Кисломолочный продукт	150	4,20	3,70	19,50	129,00	150	4,20	3,70	19,50	129,00
	<b>Обед</b>										
47	Огурец соленый порц.	30	0,64	0,92	2,49	21,74	30	0,64	0,92	2,49	21,74
63	Борщ со сметаной на к\б	150	5,58	5,64	22,94	145,43	180	6,78	8,088	27,139	199,23
321	Плов рисовый 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
	<b>Итого:</b>		16,374	12,58	87,43	520,22		21,483	17,958	113,699	709,72
	<b>"Уплотненный" полдник</b>										
68	Омлет	100	8,428	10,682	4,612	108,734	100	7,618	8,963	3,322	124,802
467	Булочка с картошкой	100	7,5	10,3	41,4	239,9	110	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
	<b>Итого:</b>		16,998	21,432	53,362	388,034		17,858	22,263	61,722	469,402
	<b>Всего:</b>		<b>51,962</b>	<b>55,502</b>	<b>207,072</b>	<b>1444,424</b>		<b>61,261</b>	<b>66,521</b>	<b>245,611</b>	<b>1 818,18</b>

Продукты не содержат ГМО