

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 14.07.2026 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
248	Кофе напиток с молоком	150	1,2	3,8	7,9	59,8	180	1,1	2	11,8	69,7
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:		11,8	18	41,4	366,5		14,4	20,5	48,9	440,55
	2-ой завтрак										
64	Напиток из шиповника	150	0,5	0,1	10,1	46	150	0,5	0,1	10,1	46
	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
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:		14,36	9,541	87,834	493,3		18,34	13,518	113,11	645,42
	"Уплотненный" полдник										
171	Суп гречневый молочный	150	5,6	7,3	18,1	161,4	180	6,9	9,2	21,6	198
606	Печенье	30	2,3	2,9	26,3	105,1	30	2,3	2,9	26,3	125,1
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:		8,81	10,35	56,32	318,5		10,92	12,36	67,04	408,1
	Всего:		34,97	37,89	185,55	1 385,70		43,66	46,38	229,05	1 738,07

Продукты не содержат ГМО