

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян _____

Меню на 16.07.2026 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										
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
	Итого:		14,39	17,79	46,78	407,17		17,72	22,6	50,69	510,06
	2-ой завтрак										
64	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70	180	0,7	0,7	17,6	84,6
	Обед										
21	Салат Летний с растит маслом	40	0,3	0,2	3	31,4	50	0,5	2,1	4,4	36,9
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
	Итого:		16,034	11,86	87,94	529,88		21,343	19,138	115,609	724,88
	"Уплотненный" полдник										
68	Омлет	100	8,428	10,682	4,612	108,734	100	7,618	8,963	3,322	124,802
467	Булочка с джемом	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
	Итого:		16,998	21,432	53,362	388,034		17,858	22,263	61,722	469,402
	Всего:		48,022	51,682	202,782	1395,084		57,621	64,701	245,621	1 788,94

Продукты не содержат ГМО