

Утверждено  
Руководитель СПДС "Аленушка"  
О.С. Погосян

Меню на 17.02.2026 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
<b>Завтрак</b>											
5	Яйцо 1\2	20	2,38	2,02	0,12	28,28	20	2,38	2,02	0,12	28,28
88	Каша манная молочная	150	5,28	6,706	21,166	166,38	180	6,29	8,29	23,74	195,058
397	Какао с молоком	150	3,7	3,77	9,67	87,86	180	4,6	4,6	10,98	114,37
1	Батон с маслом	30\4	2,28	3,4	15,46	101,87	30\5	2,29	4,06	15,48	107,69
	<b>Итого:</b>		<b>13,64</b>	<b>15,896</b>	<b>46,416</b>	<b>384,39</b>		<b>15,56</b>	<b>18,97</b>	<b>50,32</b>	<b>445,398</b>
<b>2-ой завтрак</b>											
64	Сок фруктовый	150	0,5	0,1	10,1	76	150	0,5	0,1	10,1	76
<b>Обед</b>											
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
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>		<b>15,634</b>	<b>11,115</b>	<b>84,124</b>	<b>510,41</b>		<b>21,133</b>	<b>16,12</b>	<b>112,63</b>	<b>697,2</b>
<b>"Уплотненный" полдник</b>											
272	Тефтели рыбные в том\смет соусе	70\30	25,1	5,9	9,1	170,2	90\30	9,8	3,8	1,5	180,2
57	Кабачковая икра (Свекла тушеная)	30\80	0,8	1,8	4,5	87,4	30\80	1	1,8	5,6	112,8
606	Печенье	30	2,3	2,9	26,3	125,1	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
	<b>Итого:</b>		<b>29,27</b>	<b>11,05</b>	<b>47,25</b>	<b>422,1</b>		<b>15,24</b>	<b>9,4</b>	<b>46,1</b>	<b>488,9</b>
	<b>Всего:</b>		<b>58,54</b>	<b>38,06</b>	<b>177,79</b>	<b>1 421,18</b>		<b>51,93</b>	<b>44,49</b>	<b>209,05</b>	<b>1 735,78</b>

Продукты не содержат ГМО