

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 19.01.2026 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										
168	Макароны с маслом и сахаром	130	3,96	22,94	22,94	181	140	7,7	9,5	20,7	225,7
248	Кисель	150	3,7	3,77	9,67	99,86	180	4,6	4,6	10,98	104,7
1	Батон с маслом	30/4	2,4	5,7	15,6	123,9	30/5	2,4	6,5	15,6	131,3
	Итого:		10,06	32,41	48,21	404,76		14,7	20,6	47,28	461,7
	2-ой завтрак										
64	Сок фруктовый	120	0,5	0,1	10,1	46	150	0,5	0,1	10,1	106
	Обед										
22	Огурец соленый порц	20	0,5	0	2,8	45,2	40	0,5	0	2,8	65,2
79	Суп Уральский на к\б	150	9,5	8,3	14,1	173	200	11,3	10	16,6	199,5
298	Гуляш из м\к с горох.пюре	150	11,54	12,08	22,12	200,1	180	13,3	14,6	29,5	296,8
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:		25,92	21,026	80,43	559,66		30,97	25,448	104,65	747,08
	"Уплотненный" полдник										
93	Суп гречневый молочная с мас и сах	150	6,2	5,1	24,8	169	180	7,4	6,1	27,6	184,8
152	Булочка нарезная	80	14,4	11	44,3	179,1	90	19,1	15,2	54,6	217,3
469	Чай сладкий	150	0,1	0	4	16,8	180	0,1	0	4	16,9
122	Хлеб пшеничный	10	0,7	0,1	5,1	24,5	20	1,4	0,2	10,2	49
	Итого:		21,4	16,2	78,2	389,4		28	21,5	96,4	468
	Всего:		57,88	69,736	216,94	1399,82		74,17	67,648	248,33	1782,78

Продукты не содержат ГМО