

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 22.05.2026 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
Завтрак											
168	Каша геркулесовая молочная	150	6,4	8,3	20,3	182,1	200	7,5	10,2	22,7	235,9
397	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,72	14	88,99	200	5,3	5,7	12,7	122,7
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:			11,95	16,72	49,9	394,99		15,2	22,4	51	489,9
2-ой завтрак											
64	Сок фруктовый	120	0,5	0,1	10,1	46	130	0,5	0,1	10,1	76
Обед											
40	Суп Харчо со смет	150	4,1	5,4	13,8	121	200	5,4	7,9	17,6	175,9
637	Котлета мясная с капустой тушеной	150	16,5	17	26,4	203	200	18,9	19,1	28,8	223,9
241	Компот из с/ф	150	0,1	0	11,5	46,6	200	0,2	0	16,1	65,8
122	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	10,2	49	30	2,1	0,4	15,2	73,7
123	Хлеб ржаной	40	2	0,4	15,2	69,7	50	3,6	0,6	21,6	105,5
Итого:			24,1	23	77,1	489,3		30,2	28	99,3	644,8
"Уплотненный" полдник											
42	Лапшевник с творогом и сгущённым мо	130/20	24,946	11,517	20,57	281,742	140/25	28,705	12,809	28,284	339,105
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	200	0,07	0,02	11,1	4,44
122	Хлеб пшеничный	10	0,7	0,1	5,1	24,5	20	1,4	0,2	10,2	49
Итого:			25,696	11,632	34	309,572		30,175	13,029	49,584	392,545
Всего:			61,746	51,352	161	1239,862		75,575	63,53	209,98	1 603,25

Продукты не содержат ГМО