



C=RU, O="СПДС ""
Аленушка"" ГБОУ
СОШ № 10",
CN=Погосян О.С.,
E=cu_doo_al10zhg@63e
du.ru
008d329f779d0b1953

Меню на 25.09.2026 г.

Возрастная категория от 1,5 до 7 лет

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

№ 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	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70	180	0,7	0,7	17,6	84,6
	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
637	Суфле из м\г с туш.капустой	150	16,5	17	26,4	325	180	18,9	19,1	28,8	303,9
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:		25,48	22,695	85,424	647,66		31,87	27,27	110,26	757,35
	"Уплотненный" полдник										
251	Творожно-манная запеканка со сгущ	120\20	21,3	7,6	16	290	140\25	23,1	8,2	17,4	316,2
152	Чай с сахаром и лимоном	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:		22,05	7,715	29,43	317,83		24,57	8,42	38,7	369,64
	Всего:		59,48	47,13	164,754	1305,3		71,64	58,79	217,56	1 699,12

Продукты не содержат ГМО