

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 26.06.2026 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	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
40	Рассольник со сметаной на г\б	150	4,1	5,4	13,8	121	200	5,4	7,9	17,6	175,9
637	Ленивые голубцы с м\г в том\см соусе	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:		24,1	23	77,1	611,3		30,2	28	99,3	724,8
	"Уплотненный" полдник										
57	Кабачковая икра	30	0,8	1,8	4,5	87,4	30	1	1,8	5,6	112,8
5	Яйцо 1\2	20	2,38	2,02	0,12	28,28	20	2,38	2,02	0,12	28,28
191	Картофельное пюре	120	2,56	4,86	25,58	156,3	140	24,8	9,2	22,3	278,3
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:		6,49	8,795	43,63	299,81		29,65	13,24	49,32	472,82
	Всего:		42,54	48,515	170,63	1305,3		75,05	64,34	217,22	1 699,12

Продукты не содержат ГМО