

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 28.01.2026 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										
11	Морковь, тертая с сахаром	40	1,598	1,808	3,15	35,216	50	1,718	1,818	3,78	38,296
178/3	Каша пшенная молочная	150	5,69	7,12	21,71	174,01	180	6,72	8,7	24,21	222,84
395	Кофе напиток с молоком	150	3,85	3,83	9,72	89,1	180	4,73	4,71	11,03	105,85
1	Батон с маслом	30\4	2,28	3,4	15,46	101,87	30\5	2,29	4,06	15,48	107,69
	Итого:		11,67	14,29	46,84	363,74		15,458	19,288	54,5	474,676
	2-ой завтрак										
419	Молоко кипяченое	150	3,24	3,36	5,16	64,08	150	4,05	4,2	6,45	80,1
	Обед										
28	Салат луковый с растит. маслом	10	0,26	0,91	2,49	19,2	10	0,26	0,91	2,49	19,2
63	Борщ на к\б со сметаной	150	5,58	5,64	22,94	165,43	180	6,78	8,088	27,139	199,23
321	Биточки из м\к с рисовым гарниром	150	11,5	12	22	237	180	13,3	14,6	29,5	296,8
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
	Итого:		29,974	27,17	109,7	734,26		29,003	27,048	114,399	618,56
	"Уплотненный" полдник										
224	Творожно-манная запеканка с джемом	130\20	27,14	12,217	28,456	332,822	150\25	33,571	15,51	34,218	451,363
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
	Итого:		22,37	8,05	23,35	329,4		35,711	16,41	46,918	522,163
	Всего:		67,25	52,87	185,05	1 491,48		84,22	66,95	222,27	1 695,50

Продукты не содержат ГМО