

Утверждено
 Руководитель СПДС "Аленушка"
 О.С. Погосян _____

Меню на 30.04.2026 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 | | | | | | | | | | |
| 93 | Каша рисовая молочная с мас и сах | 150 | 6,2 | 5,1 | 24,8 | 169 | 200 | 7,4 | 6,1 | 27,6 | 214,8 |
| 395 | Кофе напиток с молоком | 150 | 4,3 | 4,6 | 11 | 102,3 | 200 | 5,3 | 5,7 | 12,7 | 122,7 |
| 2 | Батон с маслом | 30/4 | 2,4 | 5,7 | 15,6 | 123,9 | 30/5 | 2,4 | 6,5 | 15,6 | 131,3 |
| | Итого: | | 12,9 | 15,4 | 51,4 | 395,2 | | 15,1 | 18,3 | 55,9 | 468,8 |
| | 2-ой завтрак | | | | | | | | | | |
| 134 | Йогурт | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 86,00 | 130 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 146,00 |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| 22 | Салат Луковый с растит маслом | 30 | 0,4 | 2 | 2,1 | 49,3 | 40 | 0,5 | 2 | 2,8 | 53,9 |
| 86 | Суп Крестьянский со сметаной | 150 | 5,27 | 6,32 | 22,95 | 170,47 | 200 | 6,36 | 8,63 | 27,1 | 212,38 |
| 153 | Азу с м\к | 150 | 3,37 | 5,485 | 25,29 | 163,37 | 180 | 3,92 | 7,185 | 29,059 | 195,81 |
| 241 | Компот из с/ф | 150 | 0,1 | 0 | 11,5 | 46,6 | 200 | 0,2 | 0 | 16,1 | 65,1 |
| 122 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,4 | 0,2 | 10,2 | 49 | 30 | 2,1 | 0,4 | 15,2 | 73,5 |
| 123 | Хлеб ржаной | 40 | 2 | 0,4 | 15,2 | 69,7 | 50 | 3,6 | 0,6 | 21,6 | 105,5 |
| | Итого: | | 12,54 | 14,405 | 87,24 | 548,44 | | 16,68 | 18,815 | 111,859 | 706,19 |
| | "Уплотненный" полдник | | | | | | | | | | |
| 93 | Омлет | 90 | 8,2 | 9,7 | 3,6 | 136,1 | 100 | 9,2 | 11,7 | 5 | 154,1 |
| 469 | Булочка с нарезная | 90 | 5,09 | 3,4 | 50,4 | 273 | 120 | 5,72 | 3,8 | 56,7 | 284,6 |
| 122 | Хлеб пшеничный | 10 | 0,1 | 0 | 4 | 16,8 | 20 | 0,1 | 0 | 4 | 16,9 |
| 49 | Чай с сахаром | 150 | 0,15 | 0,07 | 7 | 28,5 | 200 | 1,4 | 0,2 | 10,2 | 49 |
| | Итого: | | 13,54 | 13,17 | 65 | 181,4 | | 16,42 | 15,7 | 75,9 | 504,6 |
| | Всего: | | 39,48 | 43,075 | 213,74 | 1478 | | 48,7 | 52,915 | 253,759 | 1 797,00 |

Продукты не содержат ГМО