

Утверждено
Руководитель СПДС "Аленушка"
О.С. Погосян

Меню на 30.06.2026 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										
171	Каша пшенная молочная	150	5,6	7,3	18,1	161,4	180	6,9	9,2	21,6	198
397	Какао с молоком	150	3,7	3,77	9,67	87,86	180	4,6	4,6	10,98	114,37
1	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5	179,52
	Итого:		13,93	25,36	55,46	423,65		16,27	28,51	61,08	491,89
	2-ой завтрак										
64	Напиток из шиповника	150	0,5	0,1	10,1	46	150	0,5	0,1	10,1	46
	Обед										
86	Суп картофельный с фасолью на к\б	150	5,27	6,32	22,95	170,47	200	6,36	8,63	27,1	180,38
283\204	Капуста тушеная с м\кур	120\30	11,48	12,31	1,59	156,9	150\30	12,77	13,56	2,04	174,5
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:		22,404	20,85	62,24	531,04		27,793	25,64	84,41	657,44
	"Уплотненный" полдник										
174	Суфле из рыбы	80	14,87	4,55	2,45	125,12	90	19,1	5,85	3,15	120,87
57	Винегрет с растит.маслом	80	4,5	6,98	16,3	124,5	90	7	10,4	25	202,4
152	Печенье	20	14,4	11	44,3	89,1	20	14,4	11	44,3	89,1
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:		34,84	22,98	70,4	253,62		42,64	28,15	85,15	483,17
	Всего:		71,17	69,19	188,10	1 415,71		87,203	82,30	230,64	1 876,50

Продукты не содержат ГМО