

Утверждено:
Заведующая МКДОУ ДС №20 «Теремок» х.Перевальный
И.В.Бут

Меню (САД) на 1-2 квартал 2025 года

№ по сб.рецептур	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюда			Энерг. ценн. Ккал	Витамин С	Цена,руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
	10 день							
	Завтрак							
448,449сб 2012	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ	120/10	9,06	8,1	65	350	0,5	8,16
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,3	0,5	16,8	84,6	0	2,66
14сб2005	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
377сб2005	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,13	0,02	11,3	45,6	3,14	3,25
	Итого за завтрак		12,54	12,72	93,15	517,7	3,64	18,92
	2-й завтрак							
338сб2005	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	75	0,23	0	7,88	30,42	5,63	8,9
	Итого за второй завтрак		0,23	0	7,88	30,42	5,63	8,93
	Обед							
101сб2005	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	1,76	2,26	16,46	93,2	6,6	6,26
234сб2005	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	80	11,84	15,04	9,28	219,2	0	28,19
312сб2005	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	5,1	18,5	132,6	5,6	17,46
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	0,7	21	106	0	3,33
495сб2021	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,54	0,09	18,09	75,6	0,18	4,32
	Итого обед		21,24	23,19	83,33	626,6	12,38	59,56
	Полдник							
386сб2005	КЕФИР	180	5	5,8	7,4	101,7	1,26	17,95
581сб2021	ПРЯНИК В АССОРТИМЕНТЕ	40	2,36	1,88	24	146,4	0	8,17
	Итого за полдник		7,36	7,68	31,4	248,1	1,26	26,12
	ИТОГО за день:		41,37	43,59	215,76	1422,82	22,91	113,53