

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      |                   |             |               |
| <b>2 день</b>      |   |                |                         |              |               |                   |             |               |
| <b>Завтрак</b>     |   |                |                         |              |               |                   |             |               |
| 174сб2005          | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ<br>РИСОВАЯ         | 200/5          | 6                       | 6,7          | 50,9          | 333               | 0           | 17,71         |
| 15сб2005           | СЫР РОССИЙСКИЙ                          | 15             | 3,9                     | 4            | 0             | 52,9              | 0,08        | 11,90         |
|                    | 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          |
| 459сб2021          | ЧАЙ С САХАРОМ                           | 200/10         | 0,2                     | 0,1          | 9,3           | 38                | 0           | 1,85          |
|                    | <b>Итого за завтрак</b>                 |                | <b>13,45</b>            | <b>15,4</b>  | <b>77,05</b>  | <b>546</b>        | <b>0,08</b> | <b>38,97</b>  |
| <b>2-й завтрак</b> |   |                |                         |              |               |                   |             |               |
| 338сб2005          | ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ                           | 75             | 0,23                    | 0            | 7,88          | 30,42             | 5,63        | 8,93          |
|                    | <b>Итого за второй завтрак</b>          |                | <b>0,23</b>             | <b>0</b>     | <b>7,88</b>   | <b>30,42</b>      | <b>5,63</b> | <b>8,93</b>   |
| <b>Обед</b>        |   |                |                         |              |               |                   |             |               |
| 103сб2005          | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛАПШОЙ<br>ДОМАШНЕЙ   | 200            | 2,1                     | 4,4          | 19,36         | 132               | 0           | 6,92          |
| 294сб2005          | БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ                        | 80             | 13,6                    | 14,88        | 15,36         | 254,4             | 0           | 27,28         |
| 137сб2012          | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ                          | 150            | 2,29                    | 11           | 14,44         | 166               | 8,67        | 13,86         |
|                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 30             | 2,45                    | 0,4          | 12,2          | 63,6              | 0           | 2,0           |
|                    | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 30             | 2,04                    | 0,36         | 11,94         | 60                | 0           | 1,92          |
| 476сб2021          | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ                  | 180            | 0,18                    | 0,18         | 21,42         | 88,2              | 0,72        | 5,89          |
|                    | <b>Итого обед</b>                       |                | <b>22,66</b>            | <b>31,22</b> | <b>94,72</b>  | <b>764,2</b>      | <b>9,39</b> | <b>57,87</b>  |
| <b>Полдник</b>     |   |                |                         |              |               |                   |             |               |
| 460сб2021          | ЧАЙ С МОЛОКОМ                           | 200            | 1,4                     | 1,6          | 10,7          | 91                | 0           | 5,72          |
| 424сб2005          | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                        | 50             | 3,75                    | 6,6          | 30,4          | 196               | 0           | 4,76          |
|                    | <b>Итого за полдник</b>                 |                | <b>5,15</b>             | <b>8,2</b>   | <b>41,1</b>   | <b>287</b>        | <b>0</b>    | <b>10,48</b>  |
|                    | <b>ИТОГО за день:</b>                   |                | <b>41,49</b>            | <b>54,82</b> | <b>230,75</b> | <b>1627,62</b>    | <b>15,1</b> | <b>116,25</b> |