

Утверждено:

Заведующий МКДОУ ДС №20 «Теремок» х.Перевальный
И.В.Бут

Меню (ЯСЛИ) 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			
2 день								
Завтрак								
174сб2005	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	150/5	4,5	5,03	38,18	333	0	14,63
15сб2005	СЫР РОССИЙСКИЙ	15	3,9	4	0	52,9	0,08	11,90
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,45	0,4	12,2	63,6	0	2
14сб2005	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
459сб2021	ЧАЙ С САХАРОМ	150/7,5	0,15	0,08	6,98	28,5	0	1,39
	Итого за завтрак		11,05	13,61	57,41	379,45	0,08	34,77
2-й завтрак								
338сб2005	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	75	0,23	0	7,88	30,42	5,63	8,93
	Итого за второй завтрак		0,23	0	7,88	30,42	5,63	8,93
Обед								
103сб2005	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛАПШОЙ ДОМАШНЕЙ	150	2,1	4,4	19,36	132	0	5,21
294сб2005	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ	60	8,5	9,6	9,6	159	0	15,78
137сб2012	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120/5	2,16	10,8	18,4	201,6	3,44	16,41
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,3	10,2	53	0	1,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,3	9,9	50	0	1,6
476сб2021	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ	150	0,15	0,15	17,85	73,5	0,6	4,91
	Итого обед		16,61	25,55	85,31	669,1	4,04	45,57
Полдник								
460сб2021	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,05	1,2	8	68,2	0	4,29
424сб2005	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,75	6,6	30,4	196	0	4,76
	Итого за полдник		4,8	7,8	38,4	264,2	0	9,05
	ИТОГО за день:		32,69	46,96	189	1342	9,67	98,32