

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

Меню (САД) на 1-2 квартал 2022 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			
3 день								
Завтрак								
223сб2005	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/10	24,48	10,08	39,6	348	0	59,34
	ХЛЕБ РЖАННОЙ	40	2,72	0,48	15,9	80	0	2,56
14сб2005	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
462сб2021	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,97	2,61	12,42	84,6	0,63	10,05
	Итого за завтрак		29,79	17,27	67,97	550,1	0,63	76,8
2-й завтрак								
359сб2002	НАПИТОК ОВОЦНОЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,6	0	31	82	12	22,77
	Итого за второй завтрак		0,6	0	31	82	12	22,77
Обед								
84сб2005	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/5	2,88	4,08	16,16	113,2	9,6	10,2
268сб2005	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	15,82	17,77	18,08	265,43	0	50,14
203сб2005	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	3,8	4,6	31,7	195	0	9,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,9	0,8	25,2	127,2	0	3,99
342сб2005	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,18	0	32,22	122,4	4,86	6,62
	Итого обед		27,58	27,25	123,36	823,23	14,46	80,85
Полдник								
388сб2005	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,18	0	27	122,4	9	5,02
	БУЛОЧКА УМНИЦА ЙОД	50	1,75	2,8	14,7	91	0	11,52
	Итого за полдник		1,93	2,8	41,7	213,4	9	16,54
	ИТОГО за день:		59,90	47,32	264,03	1668,73	36,09	196,96