

Утверждено:

Заведующая 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 | | | |
| 3 день | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 223сб2005 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 100/10 | 20,4 | 8,4 | 33 | 290 | 0 | 50,01 |
| | ХЛЕБ РЖАННОЙ | 30 | 2,04 | 0,36 | 11,94 | 60 | 0 | 1,92 |
| 14сб2005 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5 | 0,05 | 4,1 | 0,05 | 37,5 | 0 | 4,85 |
| 462сб2021 | КАКАО С МОЛОКОМ | 150 | 2,48 | 2,18 | 10,35 | 70,5 | 0,53 | 8,34 |
| | Итого за завтрак | | 24,97 | 15,04 | 55,34 | 458 | 0,53 | 65,12 |
| 2-й завтрак | | | | | | | | |
| 359сб2002 | НАПИТОК ОВОЩНОЙ В АССОРТИМЕНТЕ | 150 | 0,5 | 0 | 25,83 | 68,33 | 10 | 18,97 |
| | Итого за второй завтрак | | 0,5 | 0 | 25,83 | 68,33 | 10 | 18,97 |
| Обед | | | | | | | | |
| 84сб2005 | БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 150/5 | 2,16 | 3,06 | 12,15 | 84,9 | 7,2 | 8,08 |
| 268сб2005 | КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 60 | 11,87 | 13,33 | 13,59 | 199,7 | 0 | 37,46 |
| 203сб2005 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 130 | 3,8 | 4,6 | 31,7 | 195 | 0 | 9,9 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4,1 | 0,7 | 21 | 106 | 0 | 3,33 |
| 342сб2005 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 150 | 0,15 | 0 | 26,9 | 102 | 4 | 5,51 |
| | Итого обед | | 22,08 | 21,69 | 105,34 | 687,6 | 11,2 | 64,28 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 388сб2005 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | 0,15 | 0 | 20 | 120 | 8 | 4,19 |
| | БУЛОЧКА УМНИЦА ЙОД | 50 | 1,75 | 2,8 | 14,7 | 91 | 0 | 11,52 |
| | Итого за полдник | | 1,9 | 2,8 | 34,7 | 211 | 8 | 15,71 |
| | ИТОГО за день: | | 49,45 | 39,53 | 221,21 | 1424,93 | 29,73 | 164,08 |