



Утверждено:

Заведующая МК ДОУ 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 блюд			Энерг. ценн. Ккал	Витамин С	Цена,руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
	<b>4 день</b>							
	<b>Завтрак</b>							
181сб2005	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/5	6,83	8,48	32,55	307,5	0	12,31
	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 И ЛИМОНОМ	150/7,5/5,5	0,23	0,08	7,13	30	0,75	2,4
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>12,75</b>	<b>16</b>	<b>69,75</b>	<b>572,1</b>	<b>1</b>	<b>25,58</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>							
102сб2005	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	4,8	3,8	13,92	102,75	0,6	5,76
239сб2005	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	60/30	6,4	5,9	9,1	115	0,5	23,63
305сб2005	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	130	3,12	4,12	34,06	185,8	0,76	9,29
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	0,7	21	106	0	3,33
388сб2005	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,15	0	26,9	102	4	4,19
	<b>Итого обед</b>		<b>18,57</b>	<b>14,52</b>	<b>104,98</b>	<b>611,55</b>	<b>5,86</b>	<b>46,2</b>
	<b>Полдник</b>							
385сб2005	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,8	5	8,9	146	2,3	12,25
581сб2021	ПРЯНИКИ В АССОРТИМЕНТЕ	30	1,77	1,4	22,5	110	0	6,13
	<b>Итого за полдник</b>		<b>6,57</b>	<b>6,4</b>	<b>31,4</b>	<b>253</b>	<b>2,3</b>	<b>18,38</b>
	<b>ИТОГО за день:</b>		<b>34,93</b>	<b>33,98</b>	<b>196,19</b>	<b>1335,4</b>	<b>14,54</b>	<b>95,1</b>