

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			
	5 день							
	Завтрак							
219с62005	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/10	15,26	9,8	23,2	179	4,8	48,71
	ХЛЕБ РЖАННОЙ	40	2,72	0,48	15,9	80	0	2,56
14с62005	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
457с62021	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	9,3	38	0	1,85
	Итого за завтрак		18,23	14,48	48,45	334,5	4,8	57,97
	2-й завтрак							
338с62005	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							
82с62012	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМЕШЕЛЬЮ	200	2,15	2,26	13,71	83,8	6,6	6,94
268с62005	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	15,82	17,77	18,08	265,43	0	50,14
171с62005	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150/5	6,8	4,9	42,6	224	0	8,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,45	0,4	12,2	63,6	0	2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,04	0,36	11,94	60	0	1,92
495с62021	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,54	0,09	18,09	75,6	0,18	4,32
	Итого обед		29,8	25,78	116,62	772,43	6,78	73,62
	Полдник							
386с62005	КЕФИР	180	5	5,8	7,4	101,7	1,26	17,95
415с62005	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	3,5	5,6	29,4	182	0	6,07
	Итого за полдник		8,5	11,4	36,8	283,7	1,26	24,02
	ИТОГО за день:		56,76	51,66	209,75	1421,05	18,47	164,54