

Утверждено:
 Заведующая МК ДОУ 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				Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Цена,руб
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал			
7 день									
Завтрак									
93сб2012	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛЕЯМИ	200/3	3,4	3,82	15,56	114,2	2,28	16,06	
	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	
457сб2021	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	9,3	38	0	1,85	
	Итого за завтрак		6,37	8,5	41,81	269,7	2,28	25,32	
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									
82сб2012	БОРЩС КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,36	3,92	11,68	88	0	9,01	
237сб2005	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	80	12,2	14,93	8,8	204	2,43	26,04	
312сб2005	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	5,1	18,5	132,6	5,6	17,46	
	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	
495сб2021	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,54	0,09	18,09	75,6	0,18	4,32	
	Итого обед		21,59	24,8	81,21	623,8	8,21	60,75	
Полдник									
386сб2005	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	180	5,76	6	10,68	93,6	2,76	14,73	
421сб2005	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4	2,6	24	148	0	3,35	
	Итого за полдник		9,76	8,6	34,68	241,6	2,76	18,08	
	ИТОГО за день:		37,95	41,9	465,58	1165,52	18,88	113,08	