

Утверждено:
Заведующая МКДОУ ДС №21 «Солнышко» с. Ульяновка
Л.Е.Красноусова



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			
1 день								
Завтрак								
209сб2005	ЯЙЦО ВАРЕННОЕ	1шт	5,1	4,6	0,3	63	0	10,4
50сб1982	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (консерв)	60	0,9	2,74	3,7	43,02	1,77	16,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	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
459сб2021	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10/7	0,3	0,1	9,5	40	1	3,25
	Итого за завтрак		9,07	12,02	29,45	263,52	2,77	37,19
2-й завтрак								
359сб2002	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	1	0	21,2	88	2	23,18
	Итого за второй завтрак		1	0	21,2	88	2	23,18
Обед								
59сб2012	БОРЩ ВЕГИТАРИАНСКИЙ МЕЛКОШЕНКОВАННЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200	2,19	4,76	10,94	95,4	14,22	10,21
341сб2021	КОТЛЕТА «ПЕРМСКАЯ»	80	12,8	12,4	9,6	202,4	0	51,88
312сб2005	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	5,1	18,5	132,6	5,6	17,46
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,9	0,8	25,2	127,2	0	4,0
495сб2021	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,54	0,09	18,09	75,6	0,18	4,32
	Итого обед		23,43	23,15	82,33	633,2	20	87,86
Полдник								
385сб2005	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	180	5,76	6	10,68	93,6	2,76	14,73
	ПЕЧЕНЬЕ СДОБНОЕ	40	0,39	0,28	32,3	234,6	0	10,47
	Итого за полдник		6,15	6,28	42,98	328,2	2,76	25,2
	ИТОГО за день:		39,65	41,45	175,96	1312,92	27,53	173,43