

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			Энерг. ценн. Ккал	Витамин С	Цена,руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
2 день								
Завтрак								
174сб2005	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	200/5	6	6,7	50,9	333	0	17,71
15сб2005	СЫР РОССИЙСКИЙ	15	3,9	4	0	52,9	0,08	11,90
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,3	0,5	16,8	84,6	0	2,66
14сб2005	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
459сб2021	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	0,1	9,3	38	0	1,85
	Итого за завтрак		13,45	15,4	77,05	546	0,08	38,97
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								
103сб2005	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛАПШОЙ ДОМАШНЕЙ	200	2,1	4,4	19,36	132	0	6,92
294сб2005	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ	80	13,6	14,88	15,36	254,4	0	27,28
137сб2012	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,29	11	14,44	166	8,67	13,86
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,45	0,4	12,2	63,6	0	2,0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,04	0,36	11,94	60	0	1,92
476сб2021	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ	180	0,18	0,18	21,42	88,2	0,72	5,89
	Итого обед		22,66	31,22	94,72	764,2	9,39	57,87
Полдник								
460сб2021	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,4	1,6	10,7	91	0	5,72
424сб2005	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,75	6,6	30,4	196	0	4,76
	Итого за полдник		5,15	8,2	41,1	287	0	10,48
	ИТОГО за день:		41,49	54,82	230,75	1627,62	15,1	116,25