

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

**Меню (САД) на 1-2 квартал 2025 года**

| № по<br>сб.рецептур | Наименование блюда и кулинарных<br>изделий | Выход<br>блюда, г | Химический состав блюда |              |               | Энерг.<br>ценн.<br>Ккал | Витамин<br>С | Цена, руб     |
|---------------------|--------------------------------------------|-------------------|-------------------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|---------------|
|                     |                                            |                   | Белки                   | Жиры         | Углеводы      |                         |              |               |
|                     | <b>4 день</b>                              |                   |                         |              |               |                         |              |               |
|                     | <b>Завтрак</b>                             |                   |                         |              |               |                         |              |               |
| 181с62005           | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>РЖИДКАЯ            | 200/5             | 9,1                     | 11,3         | 43,4          | 410                     | 0            | 14,82         |
|                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 40                | 3,3                     | 0,5          | 16,8          | 84,6                    | 0            | 2,66          |
| 14с62005            | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                            | 5                 | 0,05                    | 4,1          | 0,05          | 37,5                    | 0            | 4,85          |
| 459с62021           | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                    | 200/10/7          | 0,3                     | 0,1          | 9,5           | 40                      | 1            | 3,25          |
|                     | <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>                         |                   |                         |              |               |                         |              |               |
| 338с62005           | 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>                                |                   |                         |              |               |                         |              |               |
| 102с62005           | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ                | 200               | 6,4                     | 4,4          | 18,56         | 137                     | 0,8          | 7,63          |
| 239с62005           | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ                    | 80/50             | 11,4                    | 9,4          | 14,6          | 184                     | 0,7          | 32,56         |
| 305с62005           | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ                            | 150               | 3,64                    | 4,3          | 32            | 200                     | 0            | 10,42         |
|                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 60                | 4,9                     | 0,8          | 25,2          | 127,2                   | 0            | 3,99          |
| 388с62005           | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ<br>ШИПОВНИКА             | 180               | 0,18                    | 0            | 27            | 122,4                   | 9            | 5,02          |
|                     | <b>Итого обед</b>                          |                   | <b>26,52</b>            | <b>18,9</b>  | <b>117,36</b> | <b>770,6</b>            | <b>10,5</b>  | <b>59,62</b>  |
|                     | <b>Полдник</b>                             |                   |                         |              |               |                         |              |               |
| 385с62005           | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ                          | 180               | 5,76                    | 6            | 10,68         | 93,6                    | 2,76         | 14,73         |
| 581с62021           | ПРЯНИКИ В АССОРТИМЕНТЕ                     | 40                | 2,36                    | 1,88         | 24            | 146,4                   | 0            | 8,17          |
|                     | <b>Итого за полдник</b>                    |                   | <b>8,12</b>             | <b>7,88</b>  | <b>34,68</b>  | <b>240</b>              | <b>2,76</b>  | <b>22,9</b>   |
|                     | <b>ИТОГО за день:</b>                      |                   | <b>47,62</b>            | <b>42,78</b> | <b>229,67</b> | <b>1613,12</b>          | <b>19,89</b> | <b>117,03</b> |