

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

Меню (ЯСЛИ) 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			
	10 день							
	Завтрак							
448,449сб 2012	ОЛАДЫ С ПОВИДЛОМ	120/10	4,06	3,1	27,7	166		8,16
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,45	0,4	12,2	63,6	0	2
14сб2005	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
377сб2005	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7,5/5,5	0,23	0,08	7,13	30	0,75	2,4
	Итого за завтрак		6,79	7,68	47,08	297,1	0,75	17,44
	2-й завтрак							
338сб2005	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	100	0,28	0	11	36,5	7,03	11,9
	Итого за второй завтрак		0,28	0	11	36,5	7,03	11,9
	Обед							
101сб2005	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,32	1,7	12,35	69,9	4,95	4,7
234сб2005	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	8,88	10,2	6,96	164,4	0	21,15
312сб2005	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,4	4,1	14,8	106,1	4,48	3,33
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	0,7	21	106	0	3,33
495сб2021	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,45	0,08	15,08	63	0,15	3,6
	Итого обед		17,15	16,78	70,19	509,4	9,58	46,74
	Полдник							
386сб2005	КЕФИР	150	5	5,8	7,4	101,7	1,26	14,86
581сб2021	ПРЯНИК В АССОРТИМЕНТЕ	30	1,77	1,4	22,5	110	0	6,13
	Итого за полдник		6,77	7,2	29,9	211,7	1,26	20,99
	ИТОГО за день:		37,9	40,8	180,3	1267,7	17,7	121