

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			
	7 день							
	Завтрак							
93сб2012	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛЯМИ	150/2	2,55	2,87	12,11	85,65	1,71	11,78
	ХЛЕБ РЖАННОЙ	30	2,04	0,36	11,94	60	0	1,92
14сб2005	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
457сб2021	ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	0,15	0,08	6,98	28,5	0	1,39
	Итого за завтрак		4,79	7,41	31,08	211,65	1,71	19,94
	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	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/5	1,02	2,94	1,26	66	0,26	7,13
237сб2005	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	60	6,5	11,2	6,6	153	1,82	19,53
312сб2005	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,4	4,1	14,8	106,1	4,48	13,96
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,3	10,2	53	0	1,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,3	9,9	50	0	1,6
495сб2021	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,45	0,08	15,08	63	0,15	3,6
	Итого обед		14,07	18,92	57,84	491,1	6,71	47,48
	Полдник							
386сб2005	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,8	5	8,9	146	2,3	12,25
421сб2005	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4	2,6	24	148	0	3,35
	Итого за полдник		8,8	7,6	32,9	294	2,3	15,6
	ИТОГО за день:		27,89	33,93	129,7	1026	16,35	91,95