

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 блюд			Энерг. ценн. Ккал	Витамин С	Цена,руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
	9 день							
	Завтрак							
183сб2005	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	180/5	6,45	8,55	35,33	243,75	0	13,16
	ХЛЕБ РЖАННОЙ	30	2,04	0,36	11,94	60	0	1,92
15сб2005	СЫР РОССИЙСКИЙ	15	3,9	4	0	52,9	0,08	11,90
465сб2021	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,1	1,88	10,2	66	0,53	4,52
	Итого за завтрак		14,49	14,79	57,47	422,65	0,61	31,5
	2-й завтрак							
338сб2005	БАНАНЫ СВЕЖИЕ	75	0,26	0	10,6	54,2	5,3	10,62
	Итого за второй завтрак		0,26	0	10,6	54,2	5,3	10,62
	Обед							
108,109сб 2005	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,25	2,46	10,14	71,85	3,45	6,42
268сб2005	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	11,87	13,33	13,59	199,7	0	37,46
336сб2012	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	120	1,98	2,56	12,8	81,92	2,69	11,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,3	10,2	53	0	1,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,3	9,9	50	0	1,60
388сб2005	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,15	0	20	120	8	4,19
	Итого обед		19,95	18,95	76,63	576,47	14,14	63,25
	Полдник							
386сб2005	РЯЖЕНКА	150	4,16	4,83	5,67	82,5	0,5	15,86
456сб2012	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	50	3,26	5,62	27	187,3	0,03	5,12
	Итого за полдник		7,42	10,45	36,66	269,83	0,53	20,98
	ИТОГО за день:		42,12	44,19	181,36	1323,15	20,58	126,35