


 Утверждено:
 Заведующая МКДОУ ДС №28 «Теремок» с.Нагутское
 Т.И.Переяслова

Меню (САД) 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			
5 день								
Завтрак								
219сб2005	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/10	15,26	9,8	23,2	179	4,8	48,71
	ХЛЕБ РЖАННОЙ	40	2,72	0,48	15,9	80	0	2,56
14сб2005	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
457сб2021	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	9,3	38	0	1,85
	Итого за завтрак		18,23	14,48	48,45	334,5	4,8	57,97
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								
82сб2012	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМЕШЕЛЬЮ	200	2,15	2,26	13,71	83,8	6,6	6,94
268сб2005	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	15,82	17,77	18,08	265,43	0	50,14
171сб2005	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150/5	6,8	4,9	42,6	224	0	8,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,45	0,4	12,2	63,6	0	2
	ХЛЕБ РЖАННОЙ	30	2,04	0,36	11,94	60	0	1,92
495сб2021	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,54	0,09	18,09	75,6	0,18	4,32
	Итого обед		29,8	25,78	116,62	772,43	6,78	73,62
Полдник								
386сб2005	КЕФИР	180	5	5,8	7,4	101,7	1,26	17,95
415сб2005	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	3,5	5,6	29,4	182	0	6,07
	Итого за полдник		8,5	11,4	36,8	283,7	1,26	24,02
	ИТОГО за день:		56,76	51,66	209,75	1421,05	18,47	164,54