


 Утверждено:
 Заведующая МКДОУ ДС №28 «Теремок» с. Нагутское
 Г.И.Черяслова

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			
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	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	0,15	0,08	6,98	28,5	0	1,39
	Итого за завтрак		17,5	14,34	42,17	305	4,8	56,87
2-й завтрак								
338сб2005	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	100	0,28	0	1,1	36,5	7,03	11,9
	Итого за второй завтрак		0,28	0	1,1	36,5	7,03	11,9
Обед								
82сб2012	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМЕШЕЛЮ	150	1,2	1,28	7,7	47,11	2,78	5,2
268сб2005	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	11,87	13,33	13,59	199,7	0	37,46
171сб2005	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120/5	5,9	4,2	36	194	0	7,61
	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		23,12	19,49	92,47	606,81	2,93	57,13
Полдник								
386сб2005	КЕФИР	150	5	5,8	7,4	101,7	1,26	14,86
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	20,93
	ИТОГО за день:		49,4	45,23	172,54	1232,01	16,02	146,84