

Утверждаю



Заведующий

МАДОУДС №14 "СКАЗКА"

Газизова Ч.З./

МЕНЮ

1 октября 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	5,60	6,40	24,80	179,00	1,00
2008	1	БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	35	2,32	4,32	15,09	108,45	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	16,13	64,49	0,00
Итого			340	7,92	10,72	56,02	351,94	1,00
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель, свекла, морковь, огурцы соленные, капуста белокочанная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, горошек зеленый консервы)	40	1,04	4,10	4,92	61,34	6,15
2023 г	005	СУП КУДРЯВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, морковь, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	180	5,62	4,03	14,39	116,69	7,13
2008	263	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С ЧЕРНОСЛИВОМ (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, слива сушеная (чернослив), соль йодированная)	60	9,89	11,17	5,85	164,33	0,69
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,73	4,36	18,50	124,46	8,97
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,03	32,13	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			600	21,93	24,01	68,65	580,53	22,94
Полдник								
2008		ВАФЛИ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	15	0,42	0,50	11,60	53,10	0,00
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	150	4,35	3,75	6,30	81,00	1,20
Итого			165	4,77	4,25	17,90	134,10	1,20
Ужин								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог 5,0% жирности, соль йодированная, сметана 15% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, мука пшеничная высш. сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	100	15,96	12,08	25,85	283,10	0,31
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	185/8	3,66	3,15	13,79	99,05	0,68