

Утверждаю

Заведующий
МАДОУ ДС №14 "СКАЗКА"
Газизова Ч.З./

МЕНЮ

2 июня 2025 г.

Ясли 12 часов

Варианты рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	7,97	9,40	29,02	233,49	0,94
2008	1	БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеницы Формовой мука высш сорт)	35	2,32	4,32	15,09	108,45	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер 2,5% жирности, вода питьевая)	150	4,69	3,93	11,04	99,66	0,78
			365	14,98	17,65	55,15	441,60	1,72
II Завтрак								
	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок Фруктовый)	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
			200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Обед								
2008	336	МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (морковь, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,52	1,30	2,78	25,46	0,83
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, вода питьевая, говядина 1 категории, соль йодированная)	180/15	8,75	3,54	23,25	160,03	8,19
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВ. МЯСА (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, морковь)	50/50	9,95	14,51	6,56	196,73	1,32
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	100	2,40	3,06	25,12	137,25	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150	0,49	0,20	14,77	72,28	66,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
			625	24,76	22,96	89,44	673,33	76,34
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	150	4,50	0,15	6,00	46,50	1,50
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			180	6,27	1,56	28,50	156,30	1,50
Ужин								
2008		КОРОЛЕВСКИЕ ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш сорт, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, повидло)	110/20	16,93	15,14	43,38	380,25	0,19
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	185/5	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
			320	16,93	15,14	48,22	399,60	0,19
				63,94	57,51	241,11	1 756,83	83,75