

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
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)	105/20	16,80	12,71	24,32	286,43	0,32
5	1	БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшенич. формовой мука высш. сорт)	35	2,32	4,32	15,09	108,45	0,00
	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстрактах, сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	22,22	88,85	0,00
			340	19,12	17,03	61,63	483,73	0,32
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоко)	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	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,29	4,04	0,91	41,06	3,64
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ "НЕЖНЫЙ" НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, овощные хлопья "Геркулес", морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории)	180	4,82	4,77	13,94	117,90	4,75
2008	272	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВ. МЯСА (говядина 1 категории, хлеб пшенич. формовой мука высш. сорт, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	50	7,34	8,71	4,38	125,07	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	130	2,68	4,68	17,58	122,11	4,33
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С" (сгущенные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, вода питьевая)	150/8	0,58	0,03	13,48	57,06	0,18
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			598	18,36	22,58	67,25	544,78	12,90
Полдник								
2008		ВАФЛИ (вафли с фруктово-ягодной начинкой)	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	150	4,50	1,50	6,30	60,00	0,75
Итого			170	5,06	2,16	21,76	130,80	0,75
Ужин								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	6,08	6,72	27,17	193,91	0,50
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	185/8	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич. формовой мука высш. сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			378	8,37	6,91	49,96	295,92	0,50