

Утверждаю

Заведующий

МАДОУ ДС №14 "СКАЗКА"

/Газизова Ч.З./

МЕНЮ

4 июля 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								
	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ (молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая, крупа рисовая, масло сладко-сливочное, несоленое, соль йодированная)	200	3,63	3,83	13,28	102,75	0,52
	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,91	4,44	0,27	60,68	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное, несоленое, хлеб пшеницы формовой, мука высш. сорт)	35	2,32	4,32	15,09	108,45	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар, песок, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая)	150/4	2,31	1,82	9,37	63,61	0,39
Итого			429	13,17	14,41	38,01	335,49	0,91
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		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	50	0,40	0,05	1,25	6,97	4,98
	15	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый, консервы, масло сладко-сливочное, несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	5,33	5,12	13,65	124,48	9,06
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (рыба минтай, неразделанный, хлеб пшеницы формовой, мука высш. сорт, вода питьевая, лук репчатый, мука пшеничная, высш. сорт, масло подсолнечное, рафинированное, соль йодированная)	70	8,58	5,98	9,34	125,64	0,48
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, высш. сорт, масло сладко-сливочное, несоленое, соль йодированная)	100	3,65	3,07	23,28	135,41	0,00
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 РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный, обогащ. микроэлементами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			633	20,61	14,57	72,22	505,04	14,52
Полдник								
2008	483	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ (мука пшеничная, высш. сорт, сахар, песок, масло сладко-сливочное, несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2.5% жирности, масло подсолнечное, рафинированное, соль йодированная)	75	5,04	9,43	33,97	240,85	0,04
	400	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер. 2.5% жирности)	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
			255	10,10	13,80	42,35	335,13	0,98
Ужин								
2008	187	КАША "ЯНТАРНАЯ" (пшено, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая, сахар, песок, яблоки, масло сладко-сливочное, несоленое, сметана 15% жирности, соль йодированная)	200	6,85	10,48	38,61	281,03	1,63
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой, мука, высш. сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар, песок, вода питьевая)	150/8	0,49	0,20	14,77	72,28	66,00