

Утверждаю

Заведующий

МАДОУ ДС №14 "СКАЗКА"

Г. Газизова Ч.З./

МЕНЮ

4 августа 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	4,53	7,31	25,07	184,56	1,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука высш. сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
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	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СО СГУЩЕННОЙ (кофейный напиток, молоко сгущенное с сахаром 8.5% жирности, вода питьевая)	150	1,95	2,07	14,50	84,51	0,10
Итого			395	11,09	13,89	69,71	448,57	1,26
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	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (томаты грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,40	4,08	1,32	43,64	9,61
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (мука пшеничная высш. сорт, макаронные изделия высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, говядина 1 категории)	180	6,31	3,76	21,60	145,56	5,21
2008	263	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С ЧЕРНОСЛИВОМ (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, слива сушеная (чернослив))	70	10,59	12,21	6,82	180,50	0,81
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	3,90	4,50	27,60	166,00	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			640	23,85	24,90	88,82	675,33	15,63
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2.5% жирности)	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
2008		ВАФЛИ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
Итого			180	5,06	4,63	30,17	184,77	0,78
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	50	0,55	0,07	1,73	9,70	6,93
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ С СЫРОМ С ГРЕЧКОЙ (рыба минтай неразделанный, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, сыр голландский (крутлый), крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое)	170	11,84	12,77	15,69	229,66	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука высш. сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150/8	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00