

Утверждаю



Заведующий

МАДОУ ДО №14 "СКАЗКА"

Тазизова Ч.З./

МЕНЮ

4 сентября 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	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ (творог 5.0% жирности, мука пшеничная высш сорт, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, повидло)	88	17,03	12,50	30,62	306,47	0,22
2008	3	БУТЕРБРОД С ГОЛЛАНДСКИМ СЫРОМ (сыр голландский (крутлый), хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт)	35	3,43	1,65	15,05	89,05	0,13
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая)	150	2,31	1,82	11,31	71,35	0,39
Итого			273	22,77	15,97	56,98	466,87	0,74
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		МОРКОВЬ ТЕРТАЯ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	30	0,31	0,62	2,26	16,18	1,20
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, крупа кукурузная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, говядина 1 категории)	180	5,31	4,02	15,78	98,30	4,75
2008	288	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (говядина 1 категории, хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	60	8,82	8,88	5,28	136,11	0,00
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	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	150	0,07	0,07	9,52	39,49	0,75
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			560	20,81	17,01	73,08	507,07	6,70
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2.5% жирности)	150	4,35	3,75	6,30	81,00	1,20
Итого			150	4,35	3,75	6,30	81,00	1,20
Ужин								
2023Г	0003	БЕЛЯШИ (мука пшеничная высш. сорт, молоко пастер. 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, яйца куриные (шт.), говядина 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, дрожжи, соль йодированная)	100	9,94	7,71	34,07	245,30	0,32
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150/8	0,20	0,09	10,69	48,28	27,68
Итого			258	10,14	7,80	44,76	293,58	28,00
Всего				58,47	44,93	190,92	1 395,52	46,64