

Утверждаю

Заведующий

МАДОУ ДС №14 "СКАЗКА"

Лазизова Ч.З./

МЕНЮ

6 мая 2025 г.

Ясли 12 часов



№ п/п по структуре	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ (молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая, крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	200	5,07	5,04	17,43	136,36	0,78
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.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			389	9,70	11,18	41,89	308,42	1,17
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,74	3,14	3,94	47,35	2,28
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории, соль йодированная)	180	7,97	6,26	17,30	157,65	5,23
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	150	11,08	11,42	23,31	240,57	11,96
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 обог. микронутриентами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			603	22,44	21,17	69,25	558,11	19,47
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)	75	5,04	9,43	33,97	240,85	0,04
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2.5% жирности)	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
Итого			255	10,10	13,80	42,35	335,13	0,98
Ужин								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ (макаронные изделия высш. сорт, сыр голландский (крутлый), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	5,42	6,99	26,10	189,40	0,06
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.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
Итого			318	8,20	7,38	55,92	332,73	66,06
Всего				50,84	53,93	219,21	1 581,39	97,68