

Утверждаю

Заведующий

МАДОУ Д\С №14 "СКАЗКА"

/2024/ Газизова Ч.З./

МЕНЮ

8 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг	
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г			
Завтрак								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С КУРЯГОЙ СО СГУЩЕННОЙ (творог 5.0% жирности, мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, сушеные абрикосы без косточки (курага), молоко сгущенное с сахаром 8.5% жирности)	94	20,02	14,94	28,67	333,18	0,39
2008	1	БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	35	2,32	4,32	15,09	108,45	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая)	150	3,06	2,52	12,22	84,76	0,48
Итого		279	25,40	21,78	55,98	526,39	0,87	
II Завтрак								
	БАНАН (банан)	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	
		100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	
Обед								
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	40	0,32	0,04	1,00	5,59	3,99	
77	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	5,03	6,27	17,23	147,92	7,93	
2012	270	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ПАРОВОЙ (рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт, молоко пастер. 2.5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	70	10,92	3,74	5,43	99,33	0,19
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	100	4,86	3,91	21,96	142,25	0,00
209	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
12		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроуриентами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
		580	23,78	14,31	70,32	507,63	12,11	
Полдник								
	435	КЕФИР (кефир 2.5 % жирности)	200	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш. сорт)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого		220	7,50	2,16	22,88	145,40	2,00	
Ужин								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	6,27	7,31	31,22	218,16	1,16
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 пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
		403	8,55	7,50	54,01	320,17	1,16	