

Утверждаю



Заведующий

МАДОУ ДТС №14 "СКАЗКА"

Лазизова Ч.З./

МЕНЮ

11 июня 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	189 КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	6,36	7,37	28,37	205,84	0,55	
2008	3 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 С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая)	150	3,01	2,43	10,54	76,70	0,52	
Итого		340	11,69	14,12	54,00	390,99	1,07	
II Завтрак								
2008	АПЕЛЬСИН (апельсин)	118	1,01	0,23	9,12	48,43	67,58	
		118	1,01	0,23	9,12	48,43	67,58	
Обед								
39	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ (капуста белокочанная, свекла, морковь, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	30	0,46	2,94	2,55	38,66	3,40	
2008	84 ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная, томатная паста)	180	6,09	5,16	16,63	140,05	14,05	
2008	258 ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	130	9,80	8,45	17,03	183,41	8,77	
2008	438 НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,13	0,13	12,66	52,97	1,25	
2008	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00	
		560	19,13	17,03	65,83	496,67	27,47	
Полдник								
	ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
		100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
Ужин								
210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ (макаронные изделия высш сорт, сыр голландский (круглый), масло сладко-сливочное несоленое)	130	7,09	11,28	26,12	235,34	0,14	
2008	430 ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150/8	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00	
Итого		288	7,09	11,28	33,86	266,30	0,14	
Всего			39,32	43,06	172,61	1 249,39	106,26	