

Утверждаю

Заведующий

МДОУ ДС №14 "СКАЗКА"

Газизова Ч.З./

МЕНЮ

11 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	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности)	82	14,14	9,43	8,50	179,58	0,16
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (молоко пастер 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, сахар песок)	50	0,95	2,44	6,57	52,20	0,13
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	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер 2,5% жирности)	150	4,26	3,64	14,80	110,02	0,79
Итого			317	21,67	19,83	44,96	450,25	1,08
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		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	50	0,40	0,05	1,25	6,97	4,98
2008	93	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, крупа гречневая ядрица, морковь, лук репчатый, вода питьевая, говядина 1 категории, соль йодированная)	180	6,17	3,51	18,51	130,45	7,02
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	100	2,40	3,07	25,14	137,37	0,00
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничн формовой мука высш сорт, вода питьевая, лук репчатый, мука пшеничная высш сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	52	6,40	4,48	6,98	93,97	0,36
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ "С" (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	12,11	48,38	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			572	18,02	11,46	80,95	498,72	12,36
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	150/4	3,52	2,87	8,83	76,27	0,52
Итого			184	5,29	4,28	31,33	186,07	0,52
Ужин								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	5,40	6,30	26,90	188,00	1,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн формовой мука высш сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	440	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	150	0,14	0,04	11,00	45,00	0,07