

Утверждаю

Заведующий

МАДОУ ДС №14 "СКАЗКА"

Гаизова Ч.З./

МЕНЮ

15 июля 2025 г.

Ясли 12 часов



Формы и процен- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
103	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	7,13	8,67	27,62	217,78	0,78
	1	БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн. формовой муки высшего сорта)	35	2,32	4,32	15,09	108,45	0,00
	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер 2.5% жирности, вода питьевая)	150	3,28	2,72	8,72	73,47	0,52
			365	12,73	15,71	51,43	399,70	1,30
II Завтрак								
		БАНАН (банан)	120	1,80	0,60	25,20	115,20	12,00
			120	1,80	0,60	25,20	115,20	12,00
Обед								
2008	336	МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (морковь, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,52	1,30	2,78	25,46	0,83
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	200	6,28	5,45	9,08	113,83	21,82
	259	ГУЛЯШ (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная)	50/50	9,72	14,46	5,55	191,11	1,02
	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	110	3,19	3,34	22,87	134,40	0,00
	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150	0,59	0,24	16,17	80,55	79,20
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			640	22,95	25,14	73,41	626,93	102,87
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2.5 % жирности)	150	4,50	0,15	6,00	46,50	1,50
2008		ВАФЛИ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
			180	5,34	1,14	29,19	152,70	1,50
Ужин								
		КОРОЛЕВСКИЕ ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, творог 5,0% жирности, мука пшеничная высшего сорта, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, повидло)	110/20	16,93	15,14	43,38	380,25	0,19
		ГРУША (груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер 2.5% жирности)	180	5,49	4,77	9,09	101,70	2,70
			410	22,82	20,21	62,77	528,95	7,89