

Утверждаю

Заведующий
МАДОУ ДС №14 "СКАЗКА"
Газизова Ч.З./

МЕНЮ

15 октября 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное без соли, мука пшеничная высшего сорта)	155	7,60	8,03	29,68	222,20	0,78
2008	1	БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сливочное-сливочное несоленое, хлеб пшеничный формовой мука высшего сорта)	35	2,32	4,32	15,09	108,45	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстрактах, сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	16,13	64,49	0,00
Итого			340	9,92	12,35	60,90	395,14	0,78
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	37	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ (капуста белокочанная, яблоки, вода питьевая, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,49	2,05	2,99	32,76	5,35
2023 г	005	СУП КУДРЯВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, морковь, яйцо куриное, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	190	5,62	4,03	14,39	116,69	7,13
2008	263	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С ЧЕРНОСЛИВОМ (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, слива сушеная (чернослив), соль йодированная)	60	9,89	11,17	5,85	164,33	0,69
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,73	4,36	18,50	124,46	8,97
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С" (курага, сахар, вода питьевая, витамин С)	150/8	0,58	0,03	13,48	57,06	0,18
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной пшенично-ржаной, микрокристаллы-Витамин)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			608	21,96	21,99	72,17	576,88	22,32
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			180	5,99	5,05	29,48	188,37	0,78
Ужин								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог 5,0% жирности, соль йодированная, сметана 15% жирности, яйцо куриное, вода питьевая, сахар песок, мука пшеничная высшего сорта, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, молоко сгущенное с сахаром 0,5% жирности)	120	21,70	15,81	31,64	364,73	0,39
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	185/8	3,66	3,15	13,79	99,05	0,68
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный бородинский высшего сорта)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00