

Утверждаю

Заведующий

МАДОУ Д\С №14 "СКАЗКА"

/Газизова Ч.З./

МЕНЮ

17 июня 2025 г.

Ясли 12 часов

Кор- 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	011	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер, 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	5,98	7,44	22,42	181,05	0,52
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (сыр голландский (крутлый), масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеницы (формовой) мука высш сорт)	43	4,14	6,65	15,09	137,25	0,22
2008	400	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер, 2.5% жирности)	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
			343	14,34	17,73	44,49	396,87	1,52
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
2008	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	6,82	4,45	16,65	136,82	10,64
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ) (рыба минтай неразделанный, молоко пастер, 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	70	11,42	8,97	2,26	136,02	0,12
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (пшено, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	100	1,47	2,93	16,99	99,94	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150/8	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			588	22,85	18,75	63,59	518,08	16,11
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш сорт)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер, 2.5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	150	2,58	2,11	7,55	60,38	0,39
Итого			170	4,08	4,07	22,43	143,78	0,39
Ужин								
2008	3003	БЕЛЯШИ С ГОВ. МЯСОМ (мука пшеничная высш сорт, молоко пастер, 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, яйца куриные (шт.), говядина 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый)	150	16,51	13,31	48,58	379,70	0,50
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С ЧЕРНОСЛИВОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, слива сушеная (чернослив))	185/8	0,22	0,07	13,32	55,79	0,12
			343	16,73	13,38	61,90	435,49	0,62