

Утверждаю

Заведующий

МАДОУ Д\С №14 "СКАЗКА"

Газизова Ч.З./

МЕНЮ

17 июля 2025 г.

Ясли 12 часов



№ п/п по ассе- мур	№ 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								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог 5.0% жирности, соль йодированная, сметана 15% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, мука пшеничная высш сорт, молоко пастер 2.5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, молоко сгущенное с сахаром 8.5% жирности)	105/20	16,90	13,29	24,46	294,38	0,33
	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
	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,09	0,09	11,82	48,96	0,90
			340	19,31	17,70	51,37	451,79	1,23
II Завтрак								
		ГРУША (груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
			100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (томаты, грунтовые, огурцы, грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,53	3,57	2,02	43,02	3,67
2008	005	СУП КУДРЯВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, морковь, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	180	4,42	3,80	4,56	70,21	2,15
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, говядина 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	130	8,83	11,27	18,73	212,90	22,12
	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С" (сгущенные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, вода питьевая)	150/8	0,58	0,03	13,48	57,06	0,18
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
			568	17,01	19,02	55,75	464,77	28,12
Полдник								
2008		ВАФЛИ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2.5% жирности)	150	4,50	1,50	6,30	60,00	0,75
итого			180	5,34	2,49	29,49	166,20	0,75
Ужин								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	6,08	6,72	27,17	193,91	0,50
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	185/8	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,55	0,55	13,50	64,75	13,78
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн формовой мука высш сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
			478	8,92	7,46	63,46	360,67	14,28