

Утверждаю



Заведующий

МАДОУ ДС №14 "СКАЗКА"

Газизова Ч.З./

МЕНЮ

18 июня 2025 г.

Ясли 12 часов

Год-рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ (молоко пастер 2.5% жирности, вода питьевая, крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое)	200	3,63	3,83	13,28	102,75	0,52
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,91	4,44	0,27	60,68	0,00
	3	БУТЕРБРОД С ГОЛЛАНДСКИМ СЫРОМ (сыр голландский (круглый), масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничный формовой мука высш сорт)	45	4,60	7,24	15,09	144,45	0,27
	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер 2.5% жирности, вода питьевая)	150/4	2,31	1,82	9,37	63,61	0,39
			439	15,45	17,33	38,01	371,49	1,18
II Завтрак								
		ЯБЛОКО (яблоко)	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	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	60	1,12	4,73	5,91	71,02	3,42
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	5,97	3,77	18,14	133,31	11,13
	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (говядина 1 категории, хлеб пшеничный формовой мука высш сорт, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, сметана 15% жирности, соль йодированная)	60/25	8,79	9,55	7,08	149,58	0,80
	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	100	3,65	3,07	23,28	135,41	0,00
	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	185/8	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			658	22,18	21,47	79,11	601,86	15,35
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер 2.5% жирности)	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
Итого			180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
Ужин								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь, капуста белокочанная, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш сорт, соль йодированная)	175	23,31	23,10	30,64	424,72	17,35
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высш сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
	447	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150/8	0,49	0,20	14,77	72,28	66,00
			363	26,09	23,49	60,46	568,05	83,35