

Утверждаю

Заведующий

МАДОУ ДС №14 "СКАЗКА"

/Газизова Ч.З./



МЕНЮ

18 июля 2025 г.
Ясли 12 часов

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
2008	213 СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ (молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая, крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое)	200	5,77	5,66	16,81	142,45	0,92
2008	213 ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,91	4,44	0,27	60,68	0,00
2008	3 БУТЕРБРОД С ГОЛЛАНДСКИМ СЫРОМ (сыр голландский (крутлый), масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеницы формовой мука высш. сорт)	45	4,60	7,24	15,09	144,45	0,27
2008	430 ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	185/10	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00
		480	15,48	17,44	47,17	407,58	1,19
II Завтрак							
	ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
		100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед							
	56 ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, лимонная кислота)	40	0,74	3,14	3,94	47,35	2,28
	29 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, горох пущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории, соль йодированная)	200	10,34	6,18	21,16	181,71	3,53
2008	288 БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (говядина 1 категории, хлеб пшеницы формовой мука высш. сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	60	4,87	5,48	5,28	89,80	0,00
2008	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
2008	438 НАПИТОК ФРУКТОВЫЙ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, груша)	150	0,14	0,12	11,26	47,40	1,10
2008	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
		590	22,39	18,34	81,88	583,25	6,91
Полдник							
	483 КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2.5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	75	5,04	9,43	33,97	240,85	0,04
	430 МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер. 2.5% жирности)	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
		255	10,10	13,80	42,35	335,13	0,98
Ужин							
2008	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	70	0,71	0,09	2,23	12,47	8,91
2008	141 РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, лавровый лист, масло сладко-сливочное несоленое)	180	2,63	12,40	9,00	159,78	20,97
2008	3 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука высш. сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	441 НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150/8	0,73	0,30	18,05	91,57	96,80