

Утверждаю

Заведующий

МАЛОУДС №14 "СКАЗКА"

/Газизова Ч.З./

**МЕНЮ**

19 мая 2025 г.

Ясли 12 часов

№ по техн. карты	№	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	7,13	8,67	27,62	217,78	0,78
2008	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
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,28	2,72	8,72	73,47	0,52
Итого			365	12,73	15,71	51,43	399,70	1,30
II Завтрак								
2008		БАНАН (банан)	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Обед								
	336	МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (морковь, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,52	1,30	2,78	25,46	0,83
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, вода питьевая, говядина 1 категории, соль йодированная)	180/15	8,75	3,54	23,25	160,03	8,19
2008	265	ПЛОВ ИЗ ПЕРЛОВОЙ КРУПЫ С МЯСОМ (говядина 1 категории, крупа перловая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль йодированная)	130	11,54	11,54	23,95	246,03	0,85
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150	0,33	0,14	12,43	58,51	44,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			555	23,79	16,87	79,37	571,61	53,87
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	150	4,50	0,15	6,00	46,50	1,50
		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			180	6,27	1,56	28,50	156,30	1,50
Ужин								
2008		КОРОЛЕВСКИЕ ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш сорт, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, повидло)	110/20	16,93	15,14	43,38	380,25	0,19
2008	434	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер 2,5% жирности)	180	5,49	4,77	9,09	101,70	2,70
Итого			310	22,42	19,91	52,47	481,95	2,89
Всего				66,71	54,55	232,77	1 705,56	69,56