

Утверждаю



Заведующий

МАДОУ ДС №14 "СКАЗКА"

/Газизова Ч.З./

МЕНЮ

19 июня 2025 г.

Ясли 12 часов

Код чик реце- птур	№ 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	4,53	7,31	25,07	184,56	1,16
2008	1	БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеницы формовой муки высш сорт)	35	2,32	4,32	15,09	108,45	0,00
2008	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СО СГУЩЕННОЙ (кофейный напиток, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, вода питьевая)	150	1,95	2,07	14,50	84,51	0,10
			365	8,80	13,70	54,66	377,52	1,26
II Завтрак								
		ЯБЛОКО (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (мука пшеничная высш сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, бройлеры цыплята потрош. 1 категории)	180	4,48	2,23	21,26	123,13	5,25
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, лук репчатый)	70	18,32	15,75	0,22	216,23	0,92
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	100	4,38	3,61	25,61	152,26	0,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТАМИНОМ"С" (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	150	0,08	0,08	9,52	39,53	0,75
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
			540	29,91	22,02	73,57	612,73	6,92
Полдник								
	400	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
того			150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
Ужин								
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ С СЫРОМ С ГРЕЧКОЙ (рыба горбуша потрошенная, мука пшеничная высш сорт, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, сыр голландский (круглый), крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое)	170	14,35	15,01	15,46	255,25	0,25
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленные)	25	0,20	0,03	0,43	3,25	1,25
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой муки высш сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150/8	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
			383	16,84	15,23	38,68	360,51	1,50
				60,17	54,99	183,69	1 476,33	20,46