

Утверждаю

Заведующий

МАДОУ Д/С №14 "СКАЗКА"

/Газизова Ч.З./

МЕНЮ

20 августа 2025 г.
Ясли 12 часов



Сбор- ник 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	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
2008	3	БУТЕРБРОД С ГОЛЛАНДСКИМ СЫРОМ (сыр голландский (круглый), масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн. 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
Итого			480	13,34	15,61	43,64	367,88	0,79
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	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		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые)	50	0,55	0,10	1,91	12,05	12,55
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	4,68	4,90	5,20	86,51	8,26
2008	288	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (говядина 1 категории, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	60	8,82	8,88	5,28	136,11	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 ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	150	0,07	0,07	9,52	39,49	0,75
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			580	20,42	17,37	62,15	491,15	21,56
Полдник								
2008	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
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
Итого			255	10,10	13,80	42,35	335,13	0,98
Ужин								
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	103/50	21,63	24,86	4,27	330,52	0,93
2008	126	КАПУСТА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ (капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,41	4,15	6,24	73,22	24,48
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150/8	0,49	0,20	14,77	72,28	66,00