

Утверждаю



Заведующий
МДОУ ДС №14 "СКАЗКА"
Газизова Ч.З./

МЕНЮ

21 апреля 2025 г.
Ясли 12 часов

Формы 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	6,59	8,27	27,20	209,40	0,72
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
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая, сахар, песок)	150	3,28	2,72	8,72	73,47	0,52
Итого			365	12,19	15,31	51,01	391,32	1,24
II Завтрак								
2008		БАНАН (банан)	85	1,28	0,43	17,93	81,96	8,54
Итого			85	1,28	0,43	17,93	81,96	8,54
Обед								
2008	0	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (свекла)	40	0,62	0,04	3,65	17,39	1,71
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, говядина 1 категории)	180	5,45	4,80	15,80	128,17	3,31
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	126	КАПУСТА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	100	1,84	3,15	4,80	55,98	18,83
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			570	19,38	17,22	54,23	450,19	23,85
Полдник								
2008	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2.5% жирности)	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ВАФЛИ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
Итого			200	5,62	5,03	23,84	165,08	0,94
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2.5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое)	110	10,60	17,50	2,00	208,00	0,00
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ (горошек зеленый консервы)	20	0,60	0,04	1,26	7,76	0,80
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			370	15,25	17,99	43,13	396,49	4,80