

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 июня 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	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	6,36	7,37	28,37	205,84	0,55
2008	3	БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеницы формовой мука высш. сорт)	35	2,32	4,32	15,09	108,45	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,01	2,43	10,54	76,70	0,52
			340	11,69	14,12	54,00	390,99	1,07
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								
	93	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, крупа гречневая ядрица, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории)	180	6,71	5,13	18,42	146,74	4,14
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	130	9,80	8,45	17,03	183,41	8,77
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150	0,49	0,20	14,77	72,28	66,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
			500	19,65	14,13	67,18	484,01	78,91
Полдник								
	ВАФЛИ (вафли с фруктово-ягодной начинкой)	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00	
	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
			170	4,78	4,30	22,44	149,37	0,78
Ужин								
	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ (макаронные изделия высш. сорт, сыр голландский (круглый), масло сладко-сливочное несоленое)	130	6,01	9,89	26,12	218,25	0,09
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука высш. сорт)	20	1,53	0,12	10,04	47,36	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
			308	7,54	10,01	43,90	296,57	0,09
Итого				44,06	42,96	197,32	1 367,94	90,85
Всего								