

Утверждаю



Заведующий

МДОУ ДС №14 "СКАЗКА"

Газизова Ч.З./

МЕНЮ

7 апреля 2025 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая 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 вышш.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	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (мука пшеничная вышш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	180	2,75	3,60	15,81	106,61	3,31
2008	288	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (говядина 1 категории, хлеб пшеничн.формовой мука вышш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	50	7,35	7,40	4,40	113,42	0,00
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	110	2,64	3,37	27,64	151,03	0,00
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. микроэлементами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			530	15,39	14,72	72,55	483,60	3,31
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер 2,5% жирности)	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			210	6,83	5,78	30,88	204,08	0,94
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	100	5,78	6,93	2,35	95,00	0,24
2008	233	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА (горошек зеленый консервы, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	20	0,48	1,59	1,35	21,66	0,79
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука вышш.сорт)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, виноград сушеный (изюм))	150	0,17	0,06	14,23	58,48	0,30
Итого			310	9,48	8,83	38,00	269,87	1,33