

Утверждаю

Заведующий
МАДОУ Д\С №14 "СКАЗКА"
/Гаизова Ч.З./

МЕНЮ

9 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								
2003	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ (крупа гречневая ядрица, пшено, вода питьевая, молоко пастер 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	6,02	7,04	23,16	180,80	0,58
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука высш сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
		СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (ПОРЦИЯМИ) (сыр голландский (круглый))	10	2,30	2,95	0,00	36,38	0,11
	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
Итого			340	13,62	12,61	48,75	364,93	1,21
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого			100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Обед								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ (свекла, сыр голландский (круглый), масло подсолнечное рафинированное)	40	1,86	3,74	2,76	52,47	1,37
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	5,91	4,07	18,37	136,19	7,26
	272	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВ. МЯСА (говядина 1 категории, хлеб пшеницы формовой мука высш сорт, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	8,81	10,45	5,26	150,09	0,00
	071	ГОРОХОВОЕ ПОРЕ (горох лущеный, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	100	11,13	4,22	23,26	175,63	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			570	30,36	22,83	74,35	626,92	8,63
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер 2.5% жирности)	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАПУСТОЙ С ЯЙЦОМ (мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.))	100	6,14	7,07	35,27	229,99	9,72
			280	11,20	11,44	43,65	324,27	10,66
Ужин								
	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко пастер 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	6,58	9,68	24,40	210,43	1,29
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука высш сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00