

Утверждаю



Заведующий

МАДОУ ДС №14 "СКАЗКА"

/Газизова Ч.З./

МЕНЮ

2 июля 2025 г.

Сад 12 часов

Формы защиты	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
	011	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "Геркулес", крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	6,50	8,97	24,91	207,01	0,53
2008	3	БУТЕРБРОД С ГОЛЛАНДСКИМ СЫРОМ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (сыр голландский (круглый), масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеницы формовой мука высш сорт)	55/10/5	5,36	7,30	20,11	168,13	0,27
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
Итого			450	16,92	20,64	53,40	469,42	1,74
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								
	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	200	8,79	15,89	20,06	262,79	13,97
	251	ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ) (рыба минтай неразделанный, хлеб пшеницы формовой мука высш сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное)	70	10,13	8,58	5,27	139,03	0,20
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (пшено, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	1,91	3,81	22,09	129,94	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ"С" (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обога микронутриентами)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			640	24,14	28,72	78,30	672,44	14,17
Полдник								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	4,69	3,93	12,98	107,40	0,78
		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
			210	6,94	6,87	35,30	232,50	0,78
Ужин								
2012		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы (грунтовые))	60	0,48	0,06	1,50	8,37	5,98
2024Г	AB1	ПИРОГ С КАРТОШКОЙ (мука пшеничная высш сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, картофель)	180	7,99	11,11	49,94	331,94	8,11
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ, ЧЕРНОСЛИВОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, слива сушеная (чернослив))	185/8	0,22	0,07	13,32	55,79	0,12