

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 августа 2025 г.

Сад 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	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	250	8,06	7,81	22,43	193,91	1,30
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,91	4,44	0,27	60,68	0,00
2008	3	БУТЕРБРОД С ГОЛЛАНДСКИМ СЫРОМ (сыр голландский (круглый), масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничен. формовой, мука высш. сорт)	55	5,36	7,30	20,11	168,13	0,27
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	185/10	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00
Итого			540	18,53	19,65	57,81	482,72	1,57
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (томаты, грунтовые, огурцы грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,54	6,06	1,74	63,55	10,79
2008	98	СУП "НЕЖНЫЙ" НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, фасован. хлопья "геркулес", морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории)	200	6,39	6,16	15,47	143,02	5,28
2008	288	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (говядина 1 категории, хлеб пшеничен. формовой, мука высш. сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	80	11,77	11,84	7,04	181,49	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	4,73	3,99	30,26	176,12	0,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			700	26,74	28,49	85,39	704,86	16,07
Полдник								
2008	483	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	50	3,35	6,31	24,54	168,05	0,03
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
Итого			250	8,98	11,16	33,85	272,81	1,07
Ужин								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (бройлеры, цыплята потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь, капуста белокочанная, томаты грунтовые, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная)	200	22,69	23,89	24,59	405,41	15,74
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничен. формовой, мука высш. сорт)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	180/8	0,59	0,24	16,17	80,55	79,20
Итого			428	26,33	24,38	60,83	580,69	94,94
Всего				80,58	83,68	237,88	2 041,08	113,65