

Утверждаю



Заведующий

МАДОУ ДС №14 "СКАЗКА"

Габизова Ч.З./

МЕНЮ

11 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, 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)	180	7,57	9,07	30,70	235,60	0,78
2008	3	БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеницы формовой муки высш сорт)	48	3,09	6,85	20,13	154,57	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,68	2,91	12,96	93,53	0,62
Итого			408	14,34	18,83	63,79	483,70	1,40
II Завтрак								
		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								
2008	21	САЛАТ ИЗ ЛУКА "ЧИПОЛЛИНО" (лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,48	4,04	1,16	43,20	10,80
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	200	2,74	1,56	16,54	95,49	14,41
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ) (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, хлеб пшеницы формовой муки высш сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	80	16,21	16,67	4,92	234,89	0,71
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,10	5,40	20,30	141,00	5,00
2008	438	НАПИТОК ИЗ ГРУШ (груша, вода питьевая, сахар песок)	180	0,09	0,07	11,93	48,96	0,45
2008	3	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			700	25,93	28,18	76,05	665,52	31,37
Полдник								
2008		ВАФЛИ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	25	0,70	0,83	19,33	88,50	0,00
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	200	6,00	2,00	8,40	80,00	1,00
Итого			225	6,70	2,83	27,73	168,50	1,00
Ужин								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ (макаронные изделия высш. сорт, сыр голландский (круглый), масло сладко-сливочное несоленое)	150	6,94	9,78	30,15	237,22	0,11
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой муки 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)	185/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			365	8,47	9,90	49,87	323,28	0,11
Итого				56,34	59,94	225,54	1 684,00	93,88