

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 июля 2025 г.
Сад 12 часов



Сбор- ник «Ре- цеп- тур»	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	7,62	8,73	30,66	232,43	0,78
	1	БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеницы формовой мука высш. сорт)	48	3,09	6,85	20,13	154,57	0,00
	187	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
			408	15,40	19,51	63,77	494,40	1,56
II Завтрак								
308		БАНАН (банан)	120	1,80	0,60	25,20	115,20	12,00
Итого			120	1,80	0,60	25,20	115,20	12,00
Обед								
336	336	МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ (морковь, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,66	1,70	3,48	32,47	1,04
95	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	200	6,37	5,88	9,37	120,73	21,92
209	209	ГУЛЯШ (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная)	70/50	11,26	17,00	6,63	224,53	1,21
323	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	3,12	3,98	32,66	178,45	0,00
441	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	180/10	0,59	0,24	18,11	88,29	79,20
008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			740	25,31	29,24	91,45	746,45	103,37
Полдник								
435	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	200	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
ВАФЛИ		ВАФЛИ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
			230	6,84	1,19	31,19	168,20	2,00
Ужин								
		КОРОЛЕВСКИЕ ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шг.), сахар песок, повидло)	120/30	18,52	16,49	56,55	451,55	0,22
		ГРУША (груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
434	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	6,10	5,30	10,10	113,00	3,00
			450	25,02	22,09	76,95	611,55	8,22