

Утверждаю

Заведующий

МАДОУ ДС №14 "СКАЗКА"

Газизова Ч.З./

МЕНЮ

17 июля 2025 г.

Сад 12 часов



Код ор- 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								
2308	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог 5.0% жирности, соль йодированная, сметана 15% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, мука пшеничная высш. сорт, молоко пастер. 2.5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, молоко сгущенное с сахаром 8.5% жирности)	120/25	19,41	15,11	28,32	336,44	0,38
	1	БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	48	3,09	6,85	20,13	154,57	0,00
	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,09	0,09	11,82	48,96	0,90
			373	22,59	22,05	60,27	539,97	1,28
II Завтрак								
		БАНАН (банан)	100	1,48	0,49	20,76	94,89	9,88
			100	1,48	0,49	20,76	94,89	9,88
Обед								
2312		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (томаты грунтовые, огурцы грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,53	3,57	2,02	43,03	3,67
2323 г	005	СУП КУДРЯВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, морковь, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	200	4,57	3,93	4,75	72,59	2,23
	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, говядина 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	150	9,62	12,83	19,67	233,87	22,20
	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С" (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, вода питьевая)	180/10	0,70	0,04	16,56	69,98	0,22
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
			650	18,73	20,81	64,20	521,45	28,32
Полдник								
2308		ВАФЛИ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
2308	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	200	6,00	2,00	8,40	80,00	1,00
Итого			230	6,84	2,99	31,59	186,20	1,00
Ужин								
2308	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	5,83	7,17	25,66	190,85	0,46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,55	0,55	13,50	64,75	13,78
	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	185/8	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
			513	9,43	7,97	66,97	381,20	14,24