



Утверждаю

Заведующий

МДОУ ДС №14 "СКАЗКА"

/Газизова Ч.З./

МЕНЮ

17 сентября 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)	250	4,55	4,79	16,61	128,44	0,65
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 пшеничн 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	15,02	16,63	51,99	417,25	0,92
II Завтрак								
2008		БАНАН (банан)	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
Обед								
2008	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	5,97	6,04	15,23	143,13	10,07
2008	288	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (говядина 1 категории, хлеб пшеничн 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	0,09	0,09	11,82	48,96	0,90
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			640	25,87	22,40	85,55	651,68	10,97
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2.5% жирности)	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
Итого			180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
Ужин								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная, капуста белокочанная)	200	19,07	20,36	27,19	369,36	18,62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн формовой мука высш. сорт)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	19,28	77,16	0,00
Итого			420	22,12	20,61	66,54	541,25	18,62
Всего				69,57	64,51	233,46	1 800,46	41,45