

Утверждаю

Заведующий
МАДОУ ДС №14 "СКАЗКА"
Газилова Ч.З./



МЕНЮ

20 июня 2025 г.

Сад 12 часов

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг	
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г			
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	5,94	8,01	26,73	202,73	1,29
2008	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
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	200	0,00	0,00	21,43	85,74	0,00
Итого			448	9,03	14,86	68,29	443,04	1,29
II Завтрак								
	ГРУША (груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00	
			100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
Обед								
	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (капуста белокочанная, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, горошек зеленый консервы)	60	1,10	6,13	5,60	82,32	7,51
2008	005	СУП КУДРЯВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, морковь, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	200	6,63	4,78	16,01	133,72	7,93
2008	263	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С ЧЕРНОСЛИВОМ (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, слива сушеная (чернослив), соль йодированная)	70	11,27	12,79	6,82	188,43	0,81
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	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. микронутриентами)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
			720	26,11	29,58	86,49	717,43	21,47
Полдник								
		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	200	6,00	2,00	8,40	80,00	1,00
Итого			230	8,25	4,94	30,72	205,10	1,00
Ужин								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕНКОЙ (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	19,35	14,73	32,20	347,16	0,37
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука высш сорт)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	185/8	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
			353	22,40	14,98	60,01	472,85	0,37