

Утверждаю



Заведующий

МАЛОУ Д/С №14 "СКАЗКА"

Газизова Ч.З./

МЕНЮ

25 апреля 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	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 С ГОЛЛАНДСКИМ СЫРОМ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (сыр голландский (круглый), масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеницы формовой мука высш. сорт)	55	5,36	7,30	20,11	168,13	0,27
2008	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
			415	16,61	19,28	63,77	497,26	1,67
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	88	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
Итого			88	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	200	6,24	8,23	16,01	167,01	7,85
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	150	11,18	9,97	18,95	210,28	9,76
2008	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	180	0,59	0,24	18,11	88,29	79,20
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
			580	21,32	18,88	74,27	567,56	96,81
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	200	6,00	2,00	8,40	80,00	1,00
Итого			200	6,00	2,00	8,40	80,00	1,00
Ужин								
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	88/50	19,49	22,46	3,96	299,47	0,84
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	5,47	4,65	34,92	203,49	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука 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)	185/8	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
			501	26,49	27,23	56,66	581,28	0,84
				70,77	67,74	211,72	1 767,46	109,12