

Утверждаю



Заведующий

МАДОУ ДС №14 "СКАЗКА"

Гаизова Ч.З./

МЕНЮ

26 июня 2025 г.

Сад 12 часов

№ п/п	№ 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	5,28	7,82	24,64	189,93	0,51
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	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	4,22	3,43	13,69	103,91	0,62
Итого			428	12,59	18,10	58,46	448,41	1,13
II Завтрак								
		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2008	336	МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ (морковь, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	70	0,89	2,00	4,94	39,63	2,80
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (мука пшеничная высш сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, говядина 1 категории)	200	6,74	3,78	19,98	140,98	4,79
2008	288	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (говядина 1 категории, хлеб пшеницы формовой мука высш сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	70	10,28	10,36	6,15	158,78	0,00
2008	126	КАПУСТА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ (капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	2,08	4,85	2,42	62,31	35,77
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обога микронутриентами)	55	3,64	0,48	23,31	112,18	0,00
			735	23,63	21,47	66,48	552,58	43,36
Полдник								
2008	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер 2,5% жирности)	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	13	0,77	0,61	9,75	47,58	0,00
Итого			193	5,83	4,98	18,13	141,86	0,94
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое)	110	10,60	17,50	2,00	208,00	0,00
К/к	К/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ (горошек зеленый консервы)	30	0,90	0,06	1,89	11,64	1,20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука высш сорт)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
			380	15,55	18,01	43,76	400,37	5,20