

Заведующий

МАДОУ Д\С №14 "СКАЗКА"

/Газизова Ч.З./

МЕНЮ

29 июля 2025 г.

Сад 12 часов

Код продукта	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
219		СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С КУРЯГОЙ СО СГУЩЕННОЙ (творог 5,0% жирности; мука пшеничная высш. сорт; яйца куриные (шт.); сахар песок; соль йодированная; масло подсолнечное рафинированное; сушеные абрикосы без косточки (курага); молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	120	25,22	18,94	37,13	424,94	0,49
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое; хлеб пшенич. формовой мука высш. сорт)	48	3,09	6,85	20,13	154,57	0,00
111		КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстрактах; сахар песок; вода питьевая)	200	0,00	0,00	21,43	85,74	0,00
Итого			368	28,31	25,79	78,69	665,25	0,49
II Завтрак								
442		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок фруктовый)	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Обед								
22		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (томаты (грунтовые); лук репчатый; масло подсолнечное рафинированное)	50	0,50	5,10	1,65	54,52	12,00
77		СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСНОМ СО СМЕТАНОЙ (свекла; картофель; морковь; лук репчатый; томатная паста; масло сладко-сливочное несоленое; вода питьевая; сметана 15% жирности (стандарт 1 категории); соль йодированная)	200	7,81	9,35	15,86	182,70	7,86
170		ПУДИНГ РЫБНЫЙ ПАРОВОЙ (рыба минтай неразделанный; хлеб пшенич. формовой мука высш. сорт; молоко пастер. 2,5% жирности; яйца куриные (шт.); масло сладко-сливочное несоленое; соль йодированная)	90	13,99	4,68	6,89	125,95	0,24
323		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица; вода питьевая; соль йодированная; масло сладко-сливочное несоленое)	130	3,12	3,99	32,67	178,53	0,00
402		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (сухофрукты (смесь); сахар песок; вода питьевая)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
408		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			700	28,73	23,56	87,95	682,38	20,10
Полдник								
435		КЕФИР (кефир 2,5% жирности)	200	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное; мука высш. сорт; вафли с фруктово-ягодной начинкой (ВМ))	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			230	8,25	3,14	30,32	187,10	2,00
Ужин								
418		КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ (крупа ячневая; молоко пастер. 2,5% жирности; вода питьевая; сухая смесь "нутринор"; масло сладко-сливочное несоленое)	180	6,00	7,08	28,07	200,26	0,42
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич. формовой мука высш. сорт)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
430		ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый; вода питьевая; сахар песок)	185/8	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00