

Заведующий
ГБДОУ № 113
/Крючкова В. Н./

МЕНЮ

5 мая 2026 г.

Сад 12 часов



| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 41 | 1,75 | 3,92 | 21,79 | 127,83 | 2,39 |
| 2024 | ТК № 8 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 150 | 2,68 | 4,07 | 10,57 | 119,00 | 0,50 |
| 2024 | ТК № 9 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 3,17 | 2,48 | 13,02 | 55,25 | 0,52 |
| 2024 | ТК № 10 | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ | 107 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 | 60,00 |
| 2024 | ТК № 11 | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ | 123 | 3,45 | 3,08 | 5,56 | 69,61 | 0,86 |
| Итого | | | 621 | 11,95 | 13,75 | 59,04 | 414,69 | 64,27 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ | 231 | 3,24 | 5,80 | 15,16 | 105,28 | 1,28 |
| Итого | | | 231 | 3,24 | 5,80 | 15,16 | 105,28 | 1,28 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 23 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ | 41 | 0,45 | 2,49 | 1,41 | 30,71 | 10,89 |
| 2012 | 82 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 190/10/1 | 4,52 | 5,78 | 13,88 | 125,92 | 3,74 |
| 2024 | ТК № 12 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ | 220 | 11,12 | 10,86 | 42,63 | 302,79 | 19,88 |
| 2024 | ТК № 13 | НАПИТОК ИЗ КУРАГИ | 180 | 0,66 | 0,27 | 19,05 | 93,80 | 0,32 |
| 2024 | ТК № 14 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 15 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,13 | 0,44 | 7,71 | 39,30 | 0,00 |
| Итого | | | 677 | 18,87 | 19,97 | 91,04 | 623,11 | 34,83 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 269 | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ | 75 | 9,17 | 9,69 | 19,21 | 220,36 | 0,21 |
| 2012 | 126 | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ | 265 | 5,93 | 10,12 | 34,13 | 251,94 | 15,65 |
| 2008 | 442 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 203 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 14 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 16 | ПЕЧЕНЬЕ | 29 | 1,58 | 2,06 | 15,62 | 87,57 | 0,00 |
| Итого | | | 587 | 17,67 | 22,00 | 75,32 | 590,46 | 15,86 |
| Всего | | | | 51,73 | 61,52 | 240,56 | 1 733,54 | 116,24 |