

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №113

/Крючкова В.Н./

МЕНЮ

12 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	30	1,33	2,97	16,50	96,81	1,81
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	5,31	5,73	30,82	196,47	0,28
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,38	3,24	12,95	94,90	0,25
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	87	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
Итого			467	10,98	12,18	69,27	433,78	40,34
II Завтрак								
2024	ТК № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	209	2,80	5,00	13,14	90,07	0,60
Итого			209	2,80	5,00	13,14	90,07	0,60
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	55	3,76	3,98	6,45	76,73	3,26
2024	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	2,06	4,18	21,00	141,30	4,27
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	65	10,63	14,12	5,68	192,31	0,43
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	145	2,97	3,13	12,44	90,65	9,93
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			707	22,91	26,41	80,94	666,65	18,05
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	1,97	2,08	8,84	61,94	1,01
2024	ТК № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	195	11,76	14,23	28,43	297,14	0,37
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	196	0,59	0,00	32,29	133,09	11,74
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			462	15,82	16,89	79,84	544,57	13,12
Всего				52,51	60,48	243,19	1 735,07	72,11