

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №113

/Крючкова В.Н./

МЕНЮ

13 марта 2026 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,90	1,93	7,70	44,08	0,0
2024	27	КАША "ДРУЖБА"	140	3,36	6,22	22,99	154,45	1,64
2024	23	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,14	2,17	11,51	60,34	0,53
2012	368	БАНАН	47	1,43	0,48	15,95	80,20	9,50
Итого			357	8,83	10,80	58,15	339,07	11,71
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ	156	0,47	0,16	23,64	105,78	6,22
Итого			156	0,47	0,16	23,64	105,78	6,22
Обед								
2024	21	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	43	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,13	5,00	8,77	96,98	4,73
2024	60	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	165	6,03	6,46	11,36	226,14	8,61
2024	52	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	160	0,81	0,05	19,38	81,79	0,25
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,55	0,72	12,77	65,11	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			581	13,53	12,40	59,32	505,81	15,59
Полдник								
2024	56	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	25	0,33	0,06	1,14	7,20	7,50
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	70	7,72	8,61	7,38	127,53	0,08
2011	205	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	115	3,27	6,68	20,11	113,21	1,62
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	65	9,83	7,52	28,98	223,39	0,05
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			444	21,93	23,00	70,93	530,10	9,27
Всего				44,76	46,36	212,04	1 480,76	42,79