

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 113
/Крючкова В. Н./

МЕНЮ

10 апреля 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	25	1,08	2,42	13,46	78,95	1,48
2024	TK № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	8,37	8,32	20,51	194,15	0,52
2024	TK № 31	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	TK № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	96	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			451	9,99	11,14	49,86	344,96	6,03
II Завтрак								
2024	TK № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	181	5,24	4,51	7,22	95,69	1,26
Итого			181	5,24	4,51	7,22	95,69	1,26
Обед								
2024	TK № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	42	0,63	0,05	2,38	12,61	40,00
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	2,11	3,04	4,95	97,95	4,77
2024	TK № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	69	8,16	6,45	18,25	115,94	0,00
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	141	3,08	9,38	21,74	184,51	10,05
2024	TK № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
2024	TK № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			691	18,27	20,05	90,00	608,74	54,82
Полдник								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	251	13,09	16,12	19,10	349,83	13,87
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/4	0,20	0,01	8,22	34,91	1,15
2024	TK № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	52	4,45	3,60	38,75	157,01	0,00
Итого			528	19,40	19,95	76,67	592,74	15,02
Всего				52,90	55,65	223,75	1 642,13	77,13