

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №113

/Крючкова В.Н./

МЕНЮ

16 февраля 2026 г.

Сад 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,39	7,38	9,27	109,09	0,00
2024	ТК № 38	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ	150	2,95	5,89	21,53	172,75	0,80
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	103	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого			478	8,41	15,95	51,92	380,09	61,32
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	198	2,76	4,95	12,94	89,85	1,09
Итого			198	2,76	4,95	12,94	89,85	1,09
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	45	0,35	0,95	1,09	14,24	4,47
2024	ТК № 39	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/20	2,83	6,19	29,65	163,05	2,67
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	85	9,02	9,68	7,98	189,88	13,51
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ	160	2,57	2,03	16,82	96,57	14,92
2024	ТК № 40	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,31	0,07	15,71	65,25	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			745	19,32	20,05	99,39	668,78	35,57
Полдник								
2024	ТК № 41	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	75	9,86	4,51	21,20	132,68	0,20
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	3,02	2,37	4,64	131,48	12,40
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	213	1,62	0,18	17,10	72,00	10,80
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2024	ТК № 42	ПРЯНИКИ	40	1,77	10,41	12,10	109,80	0,00
Итого			531	19,81	18,42	78,49	562,45	23,40
Всего				50,30	59,37	242,74	1 701,17	121,38