

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №113

/Крючкова В.Н./

МЕНЮ

16 февраля 2026 г.

Если 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	2,52	3,19	5,45	48,29	0,00
2024	8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,71	17,58	145,89	0,84
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,39
2024	48	АПЕЛЬСИН	97	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
Итого			402	6,85	10,91	42,56	295,42	58,23
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	161	3,23	2,42	4,84	77,44	1,13
Итого			161	3,23	2,42	4,84	77,44	1,13
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	35	0,28	0,75	0,86	11,24	3,53
2024	36	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/25/1	4,10	3,00	29,00	141,00	3,55
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50	6,40	5,17	4,82	104,28	8,22
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ	95	1,44	1,93	8,03	57,57	7,31
2024	37	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,09	0,07	9,03	30,35	0,45
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	11	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			527	14,03	11,49	65,81	414,33	23,06
Полдник								
2024	43	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	37	0,44	0,08	1,52	9,60	10,00
2024	33	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	135	6,64	6,95	23,78	183,06	1,35
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2024	39	ПРЯНИКИ	18	1,18	0,94	25,00	71,30	0,00
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	94	3,50	3,13	5,64	55,65	0,88
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,92	0,17	8,46	40,68	0,00
Итого			448	12,77	11,27	71,36	388,47	12,25
Всего				36,88	36,09	184,57	1 175,66	94,67