



Заведующий
ГБДОУ № 113
/Крючкова В. Н./

МЕНЮ

19 декабря 2025 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	37	1,64	0,63	11,24	57,31	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			417	11,04	13,43	51,64	343,31	1,30
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	96	0,32	0,27	8,22	37,37	1,59
Итого			96	0,32	0,27	8,22	37,37	1,59
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	57	0,92	3,35	1,73	52,60	2,19
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,52	5,74	10,42	115,87	4,96
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	103	11,72	11,05	11,32	144,88	5,76
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	51	1,05	2,10	3,15	39,18	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	103	11,72	11,05	11,32	144,88	5,76
Итого			770	34,87	34,24	68,44	716,41	18,97
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	146	5,17	8,19	28,17	235,88	0,10
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
Итого			379	5,89	8,29	38,59	283,88	6,20
Всего				52,12	56,23	166,89	1 380,97	28,06