

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №113

/Крючкова В.П./

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	40	2,23	3,78	9,41	89,24	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			420	11,63	16,58	49,81	375,24	1,30
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	97	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			97	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,81	2,92	1,51	45,92	1,91
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,41	5,26	11,05	113,23	5,69
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	185	19,68	20,21	24,41	358,31	11,07
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,98	1,96	2,94	36,56	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			731	36,00	33,33	66,92	824,92	21,67
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	55	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	130	4,58	7,26	24,98	209,21	0,09
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	65	7,79	5,01	30,60	198,90	0,04
Итого			443	13,09	12,37	66,00	456,11	6,23
Всего				61,32	62,78	198,23	1 726,77	32,20