

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 113

Крючкова В. Н./

МЕНЮ

25 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	28	2,98	3,77	6,44	57,04	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,70	24,40	211,00	0,50
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			413	12,48	15,87	43,54	352,04	1,00
II Завтрак								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	97	1,29	0,43	18,06	82,56	3,46
Итого			97	1,29	0,43	18,06	82,56	3,46
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	45	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	3,00	10,67	6,80	137,56	4,16
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	43	7,90	0,27	0,00	88,70	0,32
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,31	1,02	1,22	15,10	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	122	2,62	4,09	17,41	120,19	8,42
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7/8	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			688	17,53	16,85	55,75	507,45	15,00
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	168	11,59	9,95	17,04	207,22	16,89
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			464	15,51	12,69	49,64	382,92	17,89
Всего				46,81	45,84	166,99	1 324,97	37,35