

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 113

/Крыжова В. П./

МЕНЮ

26 января 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор-никрецен-тур	№техн.карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическаяценность,ккал	Вита-минС, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	29	1,45	0,56	9,91	50,50	0,00
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,34	7,97	14,83	150,34	0,39
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 1	БАНАН СВЕЖИЙ	96	1,50	0,50	21,00	96,00	10,02
Итого			455	8,43	9,03	51,83	321,70	10,44
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 %ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙПИТЬЕВОЙ	224	4,49	3,37	6,73	107,74	1,57
Итого			224	4,49	3,37	6,73	107,74	1,57
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ СЛУКОМ	48	0,83	2,96	3,86	46,62	14,14
2024	ТК № 3	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ,ЯЙЦОМ И	155/10/20	4,50	0,61	8,66	114,52	0,72
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ СОВОЩАМИ	100	8,41	16,36	3,74	108,88	1,04
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ СМОРКОВЬЮ	128	2,52	4,67	16,52	118,64	7,69
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	198	0,09	0,06	30,35	119,69	0,24
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙОБО	36	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			717	20,5	25,7	90,82	645,24	23,83
Полдник								
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯОТВАРНЫЕ	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	156	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2024	ТК № 7	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	35	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	23	2,92	2,68	0,18	36,31	0,00
Итого			364	8,83	6,55	55,83	327,95	0,00
Всего				42,3	44,6	205,21	1 402,63	35,84