

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №113
/Крючкова В.Н./**МЕНЮ**

26 января 2026 г.

Ясли 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	2,74	3,47	5,93	52,48	0,00
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,80	5,70	19,79	134,90	0,44
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	175	2,28	3,00	13,21	82,59	0,56
2024	49	МАНДАРИН	67	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
Итого			397	8,58	12,36	46,06	306,07	37,10
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	160	3,20	2,40	4,80	76,88	1,12
Итого			160	3,20	2,40	4,80	76,88	1,12
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	40	0,62	1,98	4,00	37,26	10,65
2024	53	БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/10	4,50	2,91	14,00	132,00	0,89
2024	63	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	6,24	7,68	11,20	211,20	0,26
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	110	2,19	3,76	14,48	101,14	6,76
2024	18	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,92	0,05	18,67	79,61	0,29
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			586	15,73	16,60	72,95	612,20	18,85
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	15	2,46	2,23	0,14	30,46	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	3,46	2,92	16,76	105,34	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,45	0,15	14,30	60,00	9,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
Итого			314	7,67	5,88	41,49	248,20	9,00
Всего				35,18	37,24	165,30	1 243,35	66,07