

Утверждаю

И.о.заведующего

ГБДОУ №113

/Егорова С.В./

МЕНЮ

7 ноября 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	30	1,86	3,16	7,86	74,52	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			410	11,26	15,96	48,26	360,52	1,30
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	202	1,01	0,20	20,44	87,04	4,05
Итого			202	1,01	0,20	20,44	87,04	4,05
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,76	2,75	1,42	43,27	1,80
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	3,56	3,74	9,41	85,87	4,84
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	80	9,45	8,91	9,13	116,79	4,64
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			576	17,71	16,35	50,46	464,93	11,58
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	115	4,03	6,38	21,96	183,90	0,08
	ТК№03 0	ЧАЙ С САХАРОМ	180/5	0,00	0,00	8,35	33,42	0,95
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	70	6,35	2,86	26,40	157,10	0,06
Итого			400	10,98	9,34	58,61	386,42	6,09
Всего				40,96	41,85	177,77	1 298,91	23,02