

Утверждаю

И.о.заведующего

ГБДОУ №113

/Егорова С.В./

МЕНЮ

10 ноября 2025 г.

Если 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	25	1,27	1,91	14,38	61,88	1,64
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,42	4,70	13,70	142,00	0,40
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			360	7,49	9,01	40,78	287,88	2,54
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	140	0,42	0,14	21,28	95,20	5,60
Итого			140	0,42	0,14	21,28	95,20	5,60
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	26	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	2,70	3,40	15,00	125,10	2,80
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	45	4,62	8,74	4,26	87,41	0,14
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	105	1,45	0,09	6,67	59,34	6,75
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	140	0,09	0,09	17,60	81,76	0,84
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	13	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	12	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			501	11,26	12,94	58,63	429,51	12,13
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	6,84	5,16	6,87	156,98	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	105	2,74	2,31	13,26	83,31	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	13	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			323	10,58	7,59	33,53	299,29	0,80
Всего				29,75	29,68	154,22	1 111,88	21,07