

Утверждаю


 Заведующий  
 ГБДОУ №113  
 /Крючкова В.Н./

# МЕНЮ

15 мая 2026 г.

## Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,97	3,67	10,69	92,35	0,07
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,68
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,84	3,17	11,56	87,98	0,60
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	118	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
<b>Итого</b>			<b>483</b>	<b>11,08</b>	<b>12,06</b>	<b>52,66</b>	<b>366,97</b>	<b>39,35</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	208	2,90	5,20	13,59	94,39	1,14
<b>Итого</b>			<b>208</b>	<b>2,90</b>	<b>5,20</b>	<b>13,59</b>	<b>94,39</b>	<b>1,14</b>
<b>Обед</b>								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	175/0/12	4,49	7,02	11,47	126,97	5,34
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	65	9,78	9,93	6,97	158,23	0,08
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>668</b>	<b>20,06</b>	<b>20,35</b>	<b>77,77</b>	<b>586,57</b>	<b>8,04</b>
<b>Полдник</b>								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	185	7,94	6,69	31,16	231,05	13,62
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	173	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	7,23	4,55	29,45	188,19	0,04
<b>Итого</b>			<b>444</b>	<b>17,73</b>	<b>11,64</b>	<b>89,39</b>	<b>547,63</b>	<b>17,26</b>
<b>Всего</b>				<b>51,77</b>	<b>49,25</b>	<b>233,41</b>	<b>1 595,56</b>	<b>65,79</b>