

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №113

/Крючкова В. Н./

МЕНЮ

16 октября 2025 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,58	2,37	17,85	76,84	2,03
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	128,00	0,40
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			370	9,38	12,07	48,85	288,84	2,93
II Завтрак								
	ТК№006	БАНАН СВЕЖИЙ	84	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			84	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	22	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	5,43	9,29	8,04	140,73	6,13
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	75	12,90	0,47	0,00	163,03	0,47
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,34	1,14	1,37	16,92	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,46	3,78	16,17	110,65	7,75
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	ТК№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			607	23,90	15,32	49,58	545,83	16,05
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	215	19,19	18,59	18,76	322,84	21,21
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	65	3,00	7,82	31,54	174,65	6,65
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			552	26,09	29,13	79,30	658,49	28,76
Всего				60,87	57,02	198,73	1 589,16	51,74