

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №113

Крючкова В. Н./



МЕНЮ

22 августа 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,88	2,77	20,88	89,77	2,38
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,10	6,80	27,90	232,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			431	6,98	9,57	57,18	355,77	2,88
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	163	0,81	0,16	16,44	70,00	3,26
Итого			163	0,81	0,16	16,44	70,00	3,26
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,90	3,26	4,49	51,22	2,13
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	1,98	6,87	1,10	78,88	0,53
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	65	9,08	3,49	8,12	118,14	0,44
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,04	3,43	19,59	123,02	0,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,72	88,20	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			724	19,70	18,12	78,52	576,46	3,80
Полдник								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	44	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,20	5,90	33,00	240,00	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	55/70	6,62	8,22	10,84	143,11	0,73
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	25,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,57	6,68	23,32	159,23	0,00
Итого			563	20,09	21,04	105,88	711,14	2,63
Всего				47,58	48,89	258,02	1 713,37	12,57