

Детский сад №13 "Ивушка"
Завед, Абдуллина Р.В./**МЕНЮ**
19 августа 2026 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	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	115/50	18,95	14,52	17,95	281,03	0,28
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	165	3,07	2,53	12,23	84,93	0,48
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,16	0,18	14,22	67,10	0,00
Итого			358	24,18	17,23	44,40	433,06	0,76
II Завтрак								
2008	442	СОК	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	20	0,31	2,40	2,40	32,38	1,37
2012	110	СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	2,14	2,98	12,75	86,37	3,00
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	135	16,46	16,58	35,71	358,08	0,68
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30/20	2,01	0,27	12,86	61,87	0,00
Итого			595	20,92	22,23	78,24	596,75	5,05
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	180	0,00	0,00	19,30	77,21	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ/ВАФЛИ	30	0,81	0,96	22,49	103,01	0,00
Итого			210	0,81	0,96	41,79	180,22	0,00
Ужин								
2008	185	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160/5	5,15	5,10	23,73	161,89	0,44
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	185/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,61	0,29	23,75	112,09	0,00
Итого			407	8,76	5,39	57,16	312,68	0,44
Всего				55,67	46,01	241,39	1 608,71	10,25

Кирьяшина А.А.