

Утверждаю

Детский сад №13 "Ивушка"
Абдуллина Р.В./

МЕНЮ

9 июня 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		
Завтрак								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160/5	5,79	6,78	22,80	176,10	0,51
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/5/5	1,30	4,27	8,41	77,24	0,00
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,16	0,00	10,01	40,62	0,03
Итого			400	7,25	11,05	41,22	293,96	0,54
II Завтрак								
2008		СОК/ФРУКТ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60
Итого			200	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60
Обед								
1997	71	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ		0,00	2,33	0,00	20,93	0,00
2012	76	РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	2,60	4,36	16,39	115,68	3,22
2012	282	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	65	11,95	9,89	3,53	150,78	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130/5	2,57	3,45	17,16	110,19	8,30
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	14,71	58,83	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	0/20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	11	0,87	0,07	5,74	27,07	0,00
Итого			621	17,99	20,10	57,53	483,48	11,52
Полдник								
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180/10	2,53	2,18	13,87	85,84	0,47
2008	К/к	СЛОЙКА С САХАРОМ	60	5,90	4,13	40,15	221,14	0,00
Итого			250	8,43	6,31	54,02	306,98	0,47
Ужин								
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	160/5	4,53	5,23	25,69	168,58	0,52
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180/10	2,69	2,18	14,20	87,76	0,50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,23	0,18	14,65	69,15	0,00
Итого			384	9,45	7,59	54,54	325,49	1,02
Всего				44,09	45,24	226,90	1 493,33	15,15

 Сулейманова Л.Ф.