

Утверждаю



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

МЕНЮ

22 июня 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160/5	4,87	5,41	21,97	155,84	0,00
2008	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/0/8	3,99	2,31	15,28	98,31	0,05
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,14	0,00	9,96	40,36	0,03
Итого			393	9,00	7,72	47,21	294,51	0,08
II Завтрак								
2008	442	СОК/ФРУКТ 200/100	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	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	200	2,70	3,68	17,80	115,48	3,42
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	0,00	2,34	0,00	21,05	0,00
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	50/50	14,12	14,36	6,21	211,03	1,86
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/5	3,40	4,63	35,57	197,42	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	14,69	58,72	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50/20	3,29	0,44	21,05	101,28	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,60	0,13	10,49	49,52	0,00
Итого			766	25,11	25,58	105,81	754,50	5,28
Полдник								
2008	435	КЕФИР	197	5,70	4,91	7,86	104,17	1,38
2008		ПЕЧЕНЬЕ/ВАФЛИ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			227	7,95	7,85	30,18	229,27	1,38
Ужин								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	8,14	3,00	17,80	131,11	5,40
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	185/10	0,14	0,00	9,96	40,36	0,03
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	52	3,97	0,32	26,13	123,31	0,00
Итого			447	12,25	3,32	53,89	294,78	5,43
Всего				55,31	44,67	256,89	1 659,06	16,17

_____ Сулейманова Л,Ф,