

Утверждаю

Детский сад №13 "Ивушка"
/И.О. Завед, Вафина Л.М./**МЕНЮ**
15 июля 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								
2008	328	КАША "ДРУЖБА"	160/5	6,07	5,91	31,25	203,21	0,62
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/5	2,68	4,22	17,45	118,45	0,00
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,15	0,00	9,99	40,55	0,03
Итого			390	8,90	10,13	58,69	362,21	0,65
II Завтрак								
2008		СОК/ФРУКТ	200	0,58	0,39	31,62	135,80	1,60
Итого			200	0,58	0,39	31,62	135,80	1,60
Обед								
2012	37	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0,47	2,34	3,75	37,88	1,90
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА М,К,Б	200	3,40	5,85	19,30	143,63	3,41
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	14,65	13,09	12,50	226,74	6,89
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,47	0,33	15,81	76,09	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,78	0,14	11,71	55,26	0,00
Итого			660	22,77	21,75	77,59	597,65	12,20
Полдник								
2008	435	КЕФИР	194	5,62	4,85	7,75	102,74	1,36
2008		ПЕЧЕНЬЕ/ВАФЛИ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			224	7,87	7,79	30,07	227,84	1,36
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	130/20	23,38	16,16	33,03	375,56	0,30
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,15	0,00	9,99	40,55	0,03
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	59	4,52	0,37	29,72	140,27	0,00
Итого			399	28,05	16,53	72,74	556,38	0,33
Всего				68,17	56,59	270,71	1 879,88	16,14

Сулейманова Л,Ф,