

Детский сад №13 "Ивушка"
/И.О. Завед. Вафина Л.М./

МЕНЮ

17 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								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160/5	4,87	5,28	21,97	154,59	0,00
2008	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	20/0/8	2,07	0,16	13,59	64,13	0,00
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			383	6,94	5,44	45,24	257,42	0,00
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	2,10	2,58	13,42	85,37	0,00
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	50/50	13,92	14,17	5,39	205,08	1,29
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/5	3,38	2,83	35,55	181,06	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39/20	2,59	0,34	16,60	79,89	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,45	0,12	9,53	45,00	0,00
Итого			693	23,44	20,04	95,01	654,45	1,29
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
2008		ПЕЧЕНЬЕ/ВАФЛИ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			210	7,47	7,44	29,52	220,50	1,26
Ужин								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	8,68	2,99	21,17	146,65	5,40
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	185/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,50	0,28	23,00	108,54	0,00
Итого			441	12,18	3,27	53,85	293,89	5,40
Всего				51,03	36,39	243,42	1 512,26	11,95

 Кирыяшина А.А.