

Утверждаю

Детский сад №13 "Ивушка"
/И.О Завед, Вафина Л.М/**МЕНЮ**
21 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	160/5	3,05	3,22	19,75	120,31	0,12
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5/5	1,98	4,31	12,84	98,02	0,00
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			390	5,03	7,53	42,27	257,03	0,12
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								
1997	71	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	5	0,00	2,51	0,00	22,61	0,00
2012	76	РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	2,50	3,74	16,25	109,10	3,21
2012	282	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	65	12,23	9,87	5,62	160,07	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130/5	2,56	3,26	17,14	108,41	8,30
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	14,70	58,77	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36/20	2,35	0,31	15,07	72,52	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,37	0,11	9,03	42,63	0,00
Итого			669	21,01	19,80	77,81	574,11	11,51
Полдник								
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180/10	2,71	2,18	14,83	90,44	0,47
2008	К/к	СЛОЙКА С САХАРОМ	60	5,85	3,86	39,70	216,76	0,00
Итого			250	8,56	6,04	54,53	307,20	0,47
Ужин								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	160/5	5,60	5,11	23,97	164,92	0,52
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180/10	2,53	2,18	13,87	85,84	0,47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,33	0,27	21,93	103,50	0,00
Итого			399	11,46	7,56	59,77	354,26	0,99
Всего				46,64	41,32	266,00	1 628,40	14,69

Сулейманова Л,Ф,

МЕНЮ
22 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								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	120/50	23,46	16,67	18,71	322,70	0,35
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,53	2,94	13,19	94,34	0,57
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,85	0,23	18,77	88,59	0,00
Итого			387	29,84	19,84	50,67	505,63	0,92
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								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	0,27	2,65	2,18	33,60	1,10
2012	110	СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	2,13	2,97	12,51	85,34	2,88
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	16,43	16,75	35,53	358,75	0,58
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	14,70	58,77	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	34/20	2,28	0,30	14,60	70,25	0,00
Итого			654	21,11	22,67	79,52	606,71	4,56
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	180	0,00	0,00	19,45	77,78	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ/ВАФЛИ	30	0,81	0,96	22,49	103,01	0,00
Итого			210	0,81	0,96	41,94	180,79	0,00
Ужин								
2008	185	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160/5	5,60	5,46	24,57	170,48	0,50
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	185/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62	4,75	0,39	31,22	147,35	0,00
Итого			422	10,35	5,85	65,47	356,53	0,50
Всего				62,69	49,71	269,22	1 785,46	7,60

Сулейманова Л,Ф,