

Утверждаю

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

23 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		ОМЛЕТ С СЫРОМ	130/8	10,12	14,18	1,97	176,46	0,19
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/5/5	2,34	4,34	15,23	109,40	0,00
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,16	0,00	10,01	40,62	0,03
Итого			368	12,62	18,52	27,21	326,48	0,22
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	34	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	35	0,44	1,97	2,56	29,66	1,20
2008	94	СУП КРСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,05	2,73	10,06	69,00	1,48
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	115	15,04	17,28	16,40	281,57	7,78
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38/20	2,52	0,33	16,11	77,50	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,60	0,13	10,54	49,73	0,00
Итого			619	20,65	22,44	65,35	546,16	10,46
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008	453	ВАТРУШКИ ИЗ ТВОРОГА	35	8,01	11,24	39,41	291,30	0,03
Итого			215	13,07	15,61	47,79	385,58	0,97
Ужин								
2008	184	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160/5	4,83	5,18	21,48	151,82	0,52
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,16	0,00	10,01	40,62	0,03
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	52	4,00	0,32	26,29	124,09	0,00
Итого			407	8,99	5,50	57,78	316,53	0,55
Всего				55,91	62,46	229,75	1 710,55	13,80

Сулейманова Л,Ф,

Утверждаю

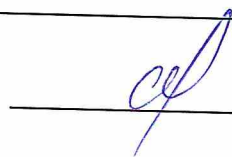

Детский сад №13 "Ивушка"
/И.О Завед, Вафина Л.М./

МЕНЮ

24 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 ОВСЯНАЯ " ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160/5	5,68	6,35	22,59	170,89	0,49
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180/10	2,71	2,06	15,30	91,06	0,44
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,37	0,19	15,56	73,41	0,00
Итого			386	10,76	8,60	53,45	335,36	0,93
II Завтрак								
2008		СОК/ФРУКТ		0,40	0,26	21,63	92,89	1,10
Итого				0,40	0,26	21,63	92,89	1,10
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	30	0,43	2,03	3,49	33,93	1,77
2012	57	СУП СВЕКОЛЬНИК НА М,К,Б	200	1,34	6,72	10,29	107,20	3,98
2012	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА	60/30	11,33	13,13	8,24	196,13	0,00
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,54	3,18	32,63	181,19	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	14,71	58,83	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38/20	2,52	0,33	16,11	77,50	0,00
Итого			698	21,16	25,39	85,47	654,78	5,75
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	189	5,48	4,72	7,93	101,95	0,57
2008		ВАФЛИ/ПЕЧЕНЬЕ	30	0,81	0,96	22,49	103,01	0,00
Итого			219	6,29	5,68	30,42	204,96	0,57
Ужин								
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ	95	1,53	3,94	10,59	84,33	8,16
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	65	7,15	2,37	6,42	75,70	0,08
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,31	0,00	10,33	42,55	0,06
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	52	3,94	0,32	25,89	122,20	0,00
Итого			402	12,93	6,63	53,23	324,78	8,30
Всего				51,54	46,56	244,20	1 612,77	16,65



Сулейманова Л,Ф,