

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 июня 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 НАТУРАЛЬНЫЙ	130	5,21	9,34	1,77	112,18	0,17
2008	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/8/8	3,94	2,31	14,94	96,73	0,05
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180/10	2,53	2,18	13,87	85,84	0,47
Итого			366	11,68	13,83	30,58	294,75	0,69
II Завтрак								
2008		СОК/ФРУКТ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60
Итого			200	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,79	2,12	4,73	41,41	2,37
2008	93	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА М,К,Б	200/25	10,48	9,16	20,37	205,95	4,51
2012	267	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ	130	9,82	10,94	8,71	173,18	8,02
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	14,69	58,72	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,15	0,29	13,74	66,11	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,59	0,13	10,45	49,34	0,00
Итого			658	24,83	22,64	72,69	594,71	14,90
Полдник								
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,67	2,18	14,15	87,50	0,50
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	80	6,75	13,52	37,99	300,65	7,80
Итого			260	9,42	15,70	52,14	388,15	8,30
Ужин								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	160/5	7,59	7,38	29,62	215,49	0,39
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,14	0,00	9,96	40,36	0,03
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	3,87	0,31	25,44	120,04	0,00
Итого			406	11,60	7,69	65,02	375,89	0,42
Всего				58,50	60,05	240,02	1 736,92	25,91

Сулейманова Л,Ф,

Утверждаю



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

МЕНЮ
19 июня 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	345	11,38	10,40	25,24	242,46	1,90
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/5	2,14	4,31	13,97	103,28	0,00
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	185/8	0,14	0,00	7,96	32,35	0,03
Итого			573	13,66	14,71	47,17	378,09	1,93
II Завтрак								
2008		СОК/ФРУКТ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60
Итого			200	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60
Обед								
1997	71	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	60	0,73	0,06	6,87	31,59	1,15
2012	57	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА М,К,Б	200	1,85	4,55	12,19	97,41	4,98
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ)	90	16,04	16,20	5,66	233,14	0,84
2012		ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	15,57	5,22	32,54	239,53	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	14,69	58,72	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,15	0,29	13,74	66,11	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,46	0,12	9,62	45,39	0,00
Итого			721	37,80	26,44	95,31	771,89	6,97
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	184	5,35	4,61	7,75	99,62	0,55
2008		ПЕЧЕНЬЕ/ВАФЛИ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			214	7,60	7,55	30,07	224,72	0,55
Ужин								
2008	204	БИТОЧКИ ИЛИ КОТЛЕТЫ МАННЫЕ	125	3,65	2,37	28,05	146,70	0,00
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,14	0,00	9,96	40,36	0,03
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,63	0,30	23,88	112,69	0,00
Итого			363	7,42	2,67	61,89	299,75	0,03
Всего				67,45	51,56	254,03	1 757,87	11,08

Сулейманова Л,Ф,