

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 мая 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	5,37	21,97	155,52	0,00
2008	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/0/8	1,94	0,16	12,73	60,08	0,00
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,14	0,00	9,96	40,37	0,03
Итого			393	6,95	5,53	44,66	255,97	0,03
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	2,30	3,60	15,64	104,30	2,40
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОВОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	0,00	2,24	0,00	20,13	0,00
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	50/50	13,70	14,30	4,18	200,42	0,58
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130/5	3,40	4,59	35,57	197,10	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	14,65	58,55	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41/20	2,68	0,36	17,17	82,63	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,34	0,11	8,78	41,44	0,00
Итого			754	23,42	25,20	95,99	704,57	2,98
Полдник								
2008	435	КЕФИР	186	5,40	4,65	7,45	98,66	1,30
2008		ПЕЧЕНЬЕ/ВАФЛИ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			216	7,65	7,59	29,77	223,76	1,30
Ужин								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	7,86	2,95	16,27	123,20	4,80
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	185/10	0,14	0,00	9,96	40,37	0,03
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,33	0,27	21,87	103,23	0,00
Итого			439	11,33	3,22	48,10	266,80	4,83
Всего				50,35	41,74	238,32	1 537,10	13,14


Сулейманова Л,Ф,



МЕНЮ

26 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	160/5	4,78	6,34	21,06	160,72	0,43
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5/5	1,72	4,15	11,12	88,54	0,00
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,14	0,00	9,95	40,32	0,03
Итого			390	6,64	10,49	42,13	289,58	0,46
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 С ЯБЛОКАМИ		0,00	2,43	0,00	21,81	0,00
2012	76	РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	2,44	3,52	16,06	106,03	3,20
2012	282	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	65	12,04	9,82	4,77	155,42	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130/5	2,61	3,33	17,22	109,55	8,31
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40/20	2,63	0,35	16,85	81,07	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00
Итого			665	20,86	19,54	76,95	567,45	11,51
Полдник								
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180/10	2,75	2,37	14,22	89,77	0,51
2008	К/к	СЛОЙКА С САХАРОМ	60	5,78	3,74	39,76	215,48	0,00
Итого			250	8,53	6,11	53,98	305,25	0,51
Ужин								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	160/5	6,31	5,42	27,05	182,76	0,56
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180/10	2,89	2,37	14,49	91,39	0,54
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,92	0,24	19,19	90,58	0,00
Итого			393	12,12	8,03	60,73	364,73	1,10
Всего				49,12	44,36	253,38	1 610,43	15,18

 Сулейманова Л,Ф,


Утверждаю



МЕНЮ
28 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008		ОМЛЕТ С СЫРОМ	130/8	8,40	11,94	1,98	149,16	0,17
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5/5	1,86	4,16	12,09	93,13	0,00
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,01	0,00	9,70	38,82	0,00
Итого			363	10,27	16,10	23,77	281,11	0,17
II Завтрак								
2008		СОК	100	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60
Итого			100	0,97	0,19	19,59	83,42	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 КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	200	1,03	0,17	10,03	45,75	1,48
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	115	14,96	18,24	16,42	289,94	7,77
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38/20	2,55	0,34	16,32	78,52	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,30	0,11	8,53	40,26	0,00
Итого			615	20,28	20,83	63,54	522,83	10,45
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	183	5,15	4,44	8,54	95,99	0,95
2008	453	ВАТРУШКИ ИЗ ТВОРОГА	35	5,82	3,19	14,79	111,66	0,04
Итого			218	10,97	7,63	23,33	207,65	0,99
Ужин								
2008	184	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160/5	6,29	6,80	29,51	203,89	0,53
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,01	0,00	9,70	38,82	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,13	0,25	20,57	97,10	0,00
Итого			396	9,43	7,05	59,78	339,81	0,53
Всего				51,92	51,80	190,01	1 434,82	13,74

 Сулейманова Л,Ф,