

Утверждаю

Детский сад №13 "Ивушка"

/Абдуллина Р.В./

МЕНЮ

30 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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160/5	3,67	3,55	20,89	130,31	0,16
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	120/10	1,21	1,05	11,69	61,28	0,22
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,18	0,18	14,36	67,78	0,00
Итого			324	7,06	4,78	46,94	259,37	0,38
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	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,69	3,06	4,04	46,34	1,89
2012	109	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ГРЕНКАМИ НА М.К,Б	200	5,35	3,01	21,44	134,50	4,90
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	14,23	13,37	16,25	243,01	17,80
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	14,69	58,72	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,19	0,29	14,03	67,52	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,46	0,12	9,58	45,21	0,00
Итого			662	23,92	19,85	80,03	595,30	24,59
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	180	0,00	0,00	19,44	77,75	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ/ВАФЛИ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			210	2,25	2,94	41,76	202,85	0,00
Ужин								
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	130	7,44	10,51	9,00	160,91	3,79
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,27	0,00	10,24	42,02	0,06
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,55	0,29	23,36	110,24	0,00
Итого			367	11,26	10,80	42,60	313,17	3,85
Всего				45,46	38,56	230,92	1 454,11	30,42

Сулейманова Л.Ф.

Детский сад №13 "Ивушка"

/Абдуллина Р.В./

МЕНЮ

1 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	328	КАША "ДРУЖБА"	160/5	6,10	5,94	31,65	205,19	0,62
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/5	2,41	4,33	15,65	111,20	0,00
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,14	0,00	9,96	40,36	0,03
Итого			390	8,65	10,27	57,26	356,75	0,65
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	37	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0,47	2,44	3,76	38,82	1,90
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА М,К,Б	200	3,67	6,36	20,20	152,83	3,64
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	14,65	13,21	12,51	227,88	6,90
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/10	0,00	0,00	14,69	58,72	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,33	0,44	21,34	102,68	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,60	0,13	10,54	49,73	0,00
Итого			671	23,72	22,58	83,04	630,66	12,44
Полдник								
2008	435	КЕФИР	201	5,83	5,03	8,04	106,55	1,41
2008		ПЕЧЕНЬЕ/ВАФЛИ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			231	8,08	7,97	30,36	231,65	1,41
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	130/20	21,51	15,05	34,25	362,24	0,27
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,14	0,00	9,96	40,36	0,03
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	53	4,05	0,33	26,65	125,76	0,00
Итого			393	25,70	15,38	70,86	528,36	0,30
Всего				67,12	56,39	261,11	1 830,84	16,40

Сулейманова Л.Ф.