

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ
МКДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 13 "ИСКОРКА"
Галкина (Донец Галина Петровна/

МЕНЮ

15 июля 2025 г.

Сад 10 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	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,74	5,18	19,16	147,21	0,74
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	32	2,44	0,20	16,02	75,60	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	180/10/7	0,10	0,00	9,96	41,04	0,79
Итого			429	8,28	5,38	45,14	263,85	1,53
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,79	46,94	9,99
Итого			100	0,40	0,40	9,79	46,94	9,99
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	180	1,73	2,16	14,76	85,63	4,74
2008	284	ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	121/70/70	8,44	11,21	10,72	184,31	0,46
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,26	4,50	19,23	134,22	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	32	2,44	0,20	16,02	75,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,55	0,34	16,30	78,45	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	200	0,38	0,08	35,10	142,31	0,62
Итого			841	19,80	18,49	112,13	700,52	5,82
Полдник								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	181	3,59	2,99	15,06	102,51	0,58
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,40	6,83	26,68	189,40	0,48
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	32	2,44	0,20	16,02	75,60	0,00
Итого			393	11,43	10,02	57,76	367,51	1,06
Всего			1800	39,91	34,29	224,82	1 378,82	18,40

ПОВАР

Матвиевская Любовь Александровна