



Утверждаю

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

МЕНЮ

17 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	190/5/5	5,27	7,52	23,72	184,01	0,38
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	43	3,29	0,27	21,63	102,08	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,06	0,00	9,81	39,45	0,01
Итого			433	8,62	7,79	55,16	325,54	0,39
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,81	47,04	10,01
Итого			100	0,40	0,40	9,81	47,04	10,01
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	184/7	1,42	4,48	6,25	74,72	8,54
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	10,37	3,97	7,51	107,42	0,78
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,01	5,72	20,07	144,11	9,70
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	43	3,29	0,27	21,63	102,08	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,28	0,30	14,62	70,33	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	20,79	85,85	1,44
Итого			678	20,51	14,88	90,87	584,51	20,46
Полдник								
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,26	3,43	25,51	149,87	0,04
2012	395	НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ С МОЛОКОМ	200	2,72	2,34	15,17	93,29	0,50
Итого			250	6,98	5,77	40,68	243,16	0,54
Всего				36,51	28,84	196,52	1 200,25	31,40

ПОВАР

Матвиевская Любовь Александровна