

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ НАО "Детский сад п. Харута"
Гурьева Е.Г./

МЕНЮ

1 октября 2026 г.

Ясли 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	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	4	6.2	13.9	128	0.4
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2.3	5	15.4	116	0
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.7	2.2	13.2	84	0.5
Итого			365	9	13.4	42.5	328	0.9
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47	10
Итого			100	0.4	0.4	9.8	47	10
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0.5	1.7	0.9	27	0.1
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	13.4	4.8	20.1	177	10.3
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2.4	4.1	7.9	80	20.2
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	50	10.9	7.6	7.2	146	1.31
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.2	12.8	62	0
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150	0.8	0.2	14.7	63	1.2
Итого			520	30	18.6	63.6	555	33.11
Полдник								
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	150	0.1		13.2	55	1.2
2012	483	БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	50	9.1	4.7	31.1	201	0.2
Итого			200	9.2	4.7	44.3	256	1.4
Всего				48.6	37.1	160.2	1186	45.41

Медицинская сестра

Таня

Канева С.Я.