

Утверждаю

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

МЕНЮ

6 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								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	3.4	5.2	14.8	121	0.4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.7	2.2	14	87	0.5
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2.3	4.2	15.4	109	0
Итого			365	8.4	11.6	44.2	317	0.9
II Завтрак								
2008		ГРУША	100	0.4	0.3	10.3	47	5
Итого			100	0.4	0.3	10.3	47	5
Обед								
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	40	0.4	4	1.4	42	23.2
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	180	2.9	3.2	14.6	100	11.5
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	110	1.7	2.7	17.9	103	0
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50	11.8	7.3	2.7	125	0.4
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	150	0.1		8.6	37	1.4
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1.4	0.3	12.8	61	0
Итого			560	18.3	17.5	58	468	36.5
Полдник								
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	130	19	8.5	5.4	173	0.5
2008	434	КЕФИР	150	4.5	3.9	6.1	81	0.4
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	2.4	0.9	29.6	134	3.2
Итого			310	25.9	13.3	41.1	388	4.1
Всего				53	42.7	153.6	1220	46.5

✓ Медицинская сестра *Таранова* Канева С.Я.