Утверждаю

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



МЕНЮ

23 сентября 2026 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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		МАНДАРИН	100	0.8	0.2	7.5	38	38
Итого			**100**	**0.8**	**0.2**	**7.5**	**38**	**38**
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	2.2	4	11	90	13.5
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	110	1.7	2.7	17.9	103	0
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50	6.2	4.9	2.7	80	0.4
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1.4	0.3	12.8	61	0
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И ПОМИДОРОВ	40	0.5	1.6	1.6	23	3
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.5	0.2	11.9	61	60
Итого			**545**	**12.5**	**13.7**	**57.9**	**418**	**76.9**
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.2		9	37	0
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	2.4	0.9	29.6	134	3.2
Итого			**180**	**2.6**	**0.9**	**38.6**	**171**	**3.2**
Всего				**24.3**	**26.4**	**148.2**	**944**	**119**

Медицинская сестра _____ Канева С.Я.