Утверждаю

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

МЕНЮ

25 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	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	3.7	5.4	17.7	136	0.4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.7	2.2	15	91	0.5
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4.2	3.3	15.4	108	0.1
Итого			**365**	**10.6**	**10.9**	**48.1**	**335**	**1**
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47	10
Итого			**100**	**0.4**	**0.4**	**9.8**	**47**	**10**
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0.3		1	6	4
2012	62	БОРЩ С МЯСОМ	150	4.3	4.8	11.9	110	13.1
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	110	3.3	4.5	16.3	119	6.8
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	50	8.9	16.7	4.7	206	0.2
		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			**530**	**19.6**	**26.4**	**61.4**	**566**	**25.3**
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	16.9	12.8	19.3	265	0.5
		ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	30	2.2	2.8	21.6	121	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4.6	4	7.6	85	2.3
Итого			**310**	**23.7**	**19.6**	**48.5**	**471**	**2.8**
Всего				**54.3**	**57.3**	**167.8**	**1419**	**39.1**

Медицинская сестра _____ Канева С.Я.