Утверждаю

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

МЕНЮ

29 сентября 2026 г.

Сад 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	180	4	5.6	16.4	132	0.5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.7	2.2	15.1	91	0.5
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2.6	6.8	18.1	144	0
Итого			**400**	**9.3**	**14.6**	**49.6**	**367**	**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								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0.5	1.9	1.5	26	2
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	180	2.9	3.2	14.6	100	11.5
2008	260	АЗУ	180	15.6	10.8	24.7	261	1.3
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	0.9	0.2	17.7	75	1.4
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2.4	0.3	14.8	71	0
Итого			**625**	**22.3**	**16.4**	**73.3**	**533**	**16.2**
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	5.4	0.2	7.2	56	1.8
		ПЕЧЕНЬЕ	45	6.3	8.1	33.5	212	0
Итого			**225**	**11.7**	**8.3**	**40.7**	**268**	**1.8**
Всего				**43.7**	**39.7**	**173.4**	**1215**	**29**

Медицинская сестра _____ Канева С.Я.