Утверждаю

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

МЕНЮ

5 октября 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								
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ	180	3.9	5.3	15.1	126	0.4
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	2.8	2.3	12.7	84	0.4
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	3.8	2.5	18	110	0
Итого			**400**	**10.5**	**10.1**	**45.8**	**320**	**0.8**
II Завтрак								
	ТК №002	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.4	0.3	10.3	47	2
Итого			**100**	**0.4**	**0.3**	**10.3**	**47**	**2**
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	0.5	3	1.9	37	3.4
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	180	2	4.6	8.6	88	11.8
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3.6	4.9	19.9	138	9.2
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	70	20.1	12.3	5.7	217	2.5
2008	402	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.4	0.1	21.1	88	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2.4	0.3	14.8	71	0
Итого			**645**	**29**	**25.2**	**72**	**639**	**26.9**
Полдник								
		ПЕЧЕНЬЕ	45	6.3	8.1	33.5	212	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5.3	3.6	8.8	89	1
Итого			**225**	**11.6**	**11.7**	**42.3**	**301**	**1**
Всего				**51.5**	**47.3**	**170.4**	**1307**	**30.7**

Медицинская сестра _____ Канева С.Я.