Утверждаю

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

МЕНЮ

5 октября 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								
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ	150	4.3	5	14.2	120	0.5
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2.3	3.4	15.4	101	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	3	2.5	12.2	84	0.5
Итого			**365**	**9.6**	**10.9**	**41.8**	**305**	**1**
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	130	0.5	0.4	13.4	61	2.6
Итого			**130**	**0.5**	**0.4**	**13.4**	**61**	**2.6**
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0.4	2.3	1.6	30	2.8
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2	0.9	8.9	54	11.3
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2.9	3.8	16.1	110	7.4
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	50	19.3	15.5	5.4	241	1.1
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.2	12.8	62	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.3	0.1	18.3	76	0
Итого			**560**	**26.9**	**22.8**	**63.1**	**573**	**22.6**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4.4	3	7.3	74	0.8
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4.2	5.4	22.4	142	0
Итого			**180**	**8.6**	**8.4**	**29.7**	**216**	**0.8**
Всего				**45.6**	**42.5**	**148**	**1155**	**27**

Медицинская сестра _____ Канева С.Я.