Утверждаю

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

МЕНЮ

7 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								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4.9	5.7	17.1	140	0.7
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.7	2.2	14	87	0.5
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2.3	5	15.4	116	0
Итого			**365**	**9.9**	**12.9**	**46.5**	**343**	**1.2**
II Завтрак								
2008		БАНАН	100	1.9	0.6	26.5	121	12.6
Итого			**100**	**1.9**	**0.6**	**26.5**	**121**	**12.6**
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0.2	1.5	0.7	17	1.2
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1.8	3.9	11.7	92	3.4
2008	260	АЗУ	130	10.6	16.2	20.5	272	1.3
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150	0.8	0.2	14.7	63	1.2
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61	0
Итого			**490**	**15.4**	**22.1**	**60.3**	**505**	**7.1**
Полдник								
		ПЕЧЕНЬЕ	45	6.3	8.1	33.5	212	0
2008	434	МОЛОКО	180	5.3	5.8	8.6	110	1
Итого			**225**	**11.6**	**13.9**	**42.1**	**322**	**1**
Всего				**38.8**	**49.5**	**175.4**	**1291**	**21.9**

Медицинская сестра _____ Канева С.Я.