Утверждаю

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

МЕНЮ

8 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	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	3.7	5.4	17.7	136	0.4
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4.2	3.3	15.4	108	0.1
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.7	2.2	15	91	0.5
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								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	40	0.4	2.4	1.6	31	3.7
2012	62	БОРЩ С МЯСОМ	150	4.3	4.8	11.9	110	13.1
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2.9	4.6	16.1	117	7.4
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	50	10.2	7.4	4.7	127	0.2
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.5	0.2	11.9	61	60
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.2	12.8	62	0
Итого			**530**	**20.3**	**19.6**	**59**	**508**	**84.4**
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	17.4	13.6	19.2	273	0.3
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	150	0.1		13.2	55	1.2
		ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	30	2.2	2.8	21.6	121	0
Итого			**310**	**19.7**	**16.4**	**54**	**449**	**1.5**
Всего				**51**	**47.3**	**170.9**	**1339**	**96.9**

Медицинская сестра _____ Канева С.Я.