Утверждаю

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

МЕНЮ

30 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	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	4.4	6.3	15.6	137	0.4
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	2.6	2.2	13.3	84	0.5
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2.3	5	15.4	116	0
Итого			**365**	**9.3**	**13.5**	**44.3**	**337**	**0.9**
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	30	0.3	1.9	1	23	1.4
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	10.3	2.1	13.6	115	4.5
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	130	11.4	12	14.8	215	13.8
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150			7.3	29	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.2	12.8	62	0
Итого			**490**	**24**	**16.2**	**49.5**	**444**	**19.7**
Полдник								
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	150	0.1		13.2	55	1.2
2012	483	БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	50	12	6.1	31.9	231	0.3
Итого			**200**	**12.1**	**6.1**	**45.1**	**286**	**1.5**
Всего				**45.8**	**36.2**	**148.7**	**1114**	**32.1**

Медицинская сестра _____ Канева С.Я.