Утверждаю

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

МЕНЮ

10 ноября 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								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	4	5.6	16.4	132	0.5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.7	2.2	15.1	91	0.5
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2.6	6.8	18.1	144	0
Итого			**400**	**9.3**	**14.6**	**49.6**	**367**	**1**
II Завтрак								
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	130	0.5	0.5	12.8	58	5.2
Итого			**130**	**0.5**	**0.5**	**12.8**	**58**	**5.2**
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	0.5	3	1.9	37	3.4
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	180	2.9	3.2	14.6	100	11.5
2008	260	АЗУ	180	13.1	14.8	24.7	285	1.7
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0.3		12.5	56	4.8
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2.4	0.3	14.8	71	0
Итого			**625**	**19.2**	**21.3**	**68.5**	**549**	**21.4**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО	180	5	5.6	8.2	105	0.9
		ПЕЧЕНЬЕ	45	6.3	8.1	33.5	212	0
Итого			**225**	**11.3**	**13.7**	**41.7**	**317**	**0.9**
Всего				**40.3**	**50.1**	**172.6**	**1291**	**28.5**

Медицинская сестра _____ Канева С.Я.