Утверждаю

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

МЕНЮ

11 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								
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	4.7	6.6	17	147	0.5
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	2.8	2.3	12.7	84	0.4
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2.6	7.6	18.1	152	0
Итого			**400**	**10.1**	**16.5**	**47.8**	**383**	**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	40	0.4	1.9	1.4	25	1.7
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	12.2	2.4	15.1	132	5.2
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	180	15.8	16.9	19.8	295	17.8
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180			8.7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2.3	0.3	14.9	72	0
Итого			**615**	**30.7**	**21.5**	**59.9**	**559**	**24.7**
Полдник								
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0.1	0.1	17.8	75	1.5
2012	483	БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	70	16.4	8.9	44.4	323	0.4
Итого			**250**	**16.5**	**9**	**62.2**	**398**	**1.9**
Всего				**57.7**	**47.4**	**179.7**	**1387**	**37.5**

Медицинская сестра _____ Канева С.Я.