Утверждаю

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

МЕНЮ

13 ноября 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4.7	7	18.3	155	0.6
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.7	2.2	14	87	0.5
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2.3	3.4	15.4	101	0
Итого			**365**	**9.7**	**12.6**	**47.7**	**343**	**1.1**
II Завтрак								
2008		ГРУША	100	0.4	0.3	10.3	47	5
Итого			**100**	**0.4**	**0.3**	**10.3**	**47**	**5**
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	40	0.4	2.4	1.6	31	3.7
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2.1	1	9.2	56	12.2
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	3.7	3.9	22.4	140	10.6
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	50	7.8	14.8	4.7	184	0.2
2008	402	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.3	0.1	15	62	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.2	12.8	62	0
Итого			**530**	**16.3**	**22.4**	**65.7**	**535**	**26.7**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО	150	4.3	4.7	6.9	87	0.8
		ПЕЧЕНЬЕ	30	4.2	5.4	22.4	142	0
Итого			**180**	**8.5**	**10.1**	**29.3**	**229**	**0.8**
Всего				**34.9**	**45.4**	**153**	**1154**	**33.6**

Медицинская сестра _____ Канева С.Я.