Утверждаю

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

МЕНЮ

20 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	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	3.7	5.4	17.7	136	0.4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3.3	2.7	15.9	101	0.6
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2.3	6.9	15.5	133	0
Итого			**370**	**9.3**	**15**	**49.1**	**370**	**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								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0.2		0.5	4	1.5
2012	110	БУЛЬОН С ЛАПШОЙ ДОМАШНЕЙ	150	10.2	9	7.9	153	1.7
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130	17.6	20.3	16.1	317	1.3
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150	0.8	0.2	14.7	63	1.2
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.2	12.8	62	0
Итого			**490**	**30.8**	**29.7**	**52**	**599**	**5.7**
Полдник								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	2.1	3.2	11.6	83	6.1
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0.2	0.1	16.6	72	2.7
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	3.5	2.4	15.4	97	0
Итого			**255**	**5.8**	**5.7**	**43.6**	**252**	**8.8**
Всего				**46.4**	**50.9**	**157.5**	**1279**	**20.7**

Медицинская сестра _____ Канева С.Я.