ГБДОУ НАО "ЦРР - ДС п. Искателей"

Утверждаю

заведующий
ГБДОУ НАО "ЦРР - ДС п. Искателей"
_____ /Дащук Ю.В./

МЕНЮ

21 сентября 2026 г.

Сад 12 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 МОЛОЧНАЯ С ЯБЛОКОМ	200	7.64	8.62	42.89	272.33	2.12
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3.96	4.16	10.67	97.60	0.62
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	4.61	13.28	13.15	193.26	0.04
Итого			**450**	**16.21**	**26.06**	**66.71**	**563.19**	**2.78**
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН	100	0.90	0.20	8.10	43.00	60.00
Итого			**100**	**0.90**	**0.20**	**8.10**	**43.00**	**60.00**
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0.84	3.55	5.19	55.10	2.33
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	200	3.92	3.07	16.73	108.70	4.60
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	80	1.48	3.55	7.75	72.49	0.07
2008	209	МАКАРОНЫ С ОВОЩАМИ	150	4.67	7.72	29.28	205.02	3.48
2008	405	КИСЕЛЬ ЯБЛОЧНЫЙ	200	0.09	0.08	18.98	77.42	0.80
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.99	0.26	12.72	61.19	0.00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.53	0.12	10.04	47.36	0.00
Итого			**740**	**14.52**	**18.35**	**100.69**	**627.28**	**11.28**
Полдник								
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	40	2.80	3.92	31.28	166.80	0.00
2008		ЙОГУРТ	200	4.00	3.00	6.00	96.00	1.40
Итого			**240**	**6.80**	**6.92**	**37.28**	**262.80**	**1.40**
Ужин								
2012	41	САЛАТ ИЗ ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ	60	0.74	0.06	5.70	25.57	1.16
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	170	22.63	23.26	34.37	479.81	0.34
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0.64	1.94	3.55	38.94	0.02
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6.10	5.30	10.10	113.00	3.00
Итого			**480**	**30.11**	**30.56**	**53.72**	**657.32**	**4.52**
Всего				**68.54**	**82.09**	**266.50**	**2 153.59**	**79.98**

бухгалтер _____ Хабарова О.Ф.

диетсестра _____ Поташева Л.В.