ГБДОУ НАО "ЦРР - ДС п. Искателей"

Утверждаю

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

МЕНЮ

21 сентября 2026 г.

Ясли 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	150	5.73	6.45	32.15	204.02	1.59
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.56	3.76	9.61	87.85	0.56
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30	2.76	7.97	7.89	115.96	0.02
Итого			**360**	**12.05**	**18.18**	**49.65**	**407.83**	**2.17**
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	30	0.43	1.78	2.60	27.54	1.16
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	180	3.51	2.80	15.05	97.99	4.14
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60	1.09	2.66	5.78	54.16	0.05
2008	209	МАКАРОНЫ С ОВОЩАМИ	50/60	3.07	6.71	18.84	148.10	4.17
2008	405	КИСЕЛЬ ЯБЛОЧНЫЙ	150	0.08	0.07	18.10	73.63	0.67
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.32	0.18	8.48	40.79	0.00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1.14	0.09	7.53	35.52	0.00
Итого			**565**	**10.64**	**14.29**	**76.38**	**477.73**	**10.19**
Полдник								
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	25	1.75	2.45	19.55	104.25	0.00
2008		ЙОГУРТ	180	3.60	2.70	5.40	86.40	1.26
Итого			**205**	**5.35**	**5.15**	**24.95**	**190.65**	**1.26**
Ужин								
2012	41	САЛАТ ИЗ ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ	40	0.49	0.04	3.79	17.04	0.78
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	17.30	17.77	26.24	366.62	0.26
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	50	0.70	2.00	3.20	34.00	0.00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5.49	4.77	9.09	101.70	2.70
Итого			**400**	**23.98**	**24.58**	**42.32**	**519.36**	**3.74**
Всего				**52.92**	**62.40**	**201.40**	**1 638.57**	**77.36**

бухгалтер _____ Хабарова О.Ф.

диетсестра _____ Поташева Л.В.