ГБДОУ НАО "ЦРР - ДС п. Искателей"

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 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	190	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6.96	7.44	29.92	214.96	0.67
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	170	1.36	1.32	6.37	43.16	0.26
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	4.04	2.95	15.05	105.12	0.07
Итого			**360**	**12.36**	**11.71**	**51.34**	**363.24**	**1.00**
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.40	0.40	9.80	47.00	10.00
Итого			**100**	**0.40**	**0.40**	**9.80**	**47.00**	**10.00**
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0.24	0.03	0.51	3.90	1.50
2008	106	СУП-ЛАПША С ЯЙЦОМ С КУРИЦЕЙ	180	6.18	10.08	15.00	182.69	4.97
2008	259	ГУЛЯШ	50	3.60	4.33	1.97	80.00	0.92
2008	181	РИС ОТВАРНОЙ	120	3.03	2.60	35.05	163.33	0.00
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	160	0.78	0.16	15.68	66.74	1.28
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			**575**	**16.29**	**17.47**	**84.22**	**572.97**	**8.67**
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1.75	2.45	19.55	104.25	0.00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5.34	5.90	8.66	110.58	0.99
Итого			**205**	**7.09**	**8.35**	**28.21**	**214.83**	**0.99**
Ужин								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	4.57	5.80	6.71	108.11	0.27
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0.57	1.85	2.35	27.74	0.08
2008	158	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	120	3.14	7.09	19.56	154.18	11.42
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.27	0.06	12.50	52.06	0.00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.32	0.18	8.48	40.79	0.00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.53	0.12	10.04	47.36	0.00
Итого			**400**	**11.40**	**15.10**	**59.64**	**430.24**	**11.77**
Всего				**47.54**	**53.03**	**233.21**	**1 628.28**	**32.43**

бухгалтер _____ Хабарова О.Ф.

диетсестра _____ Поташева Л.В.