

Утверждаю

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

МЕНЮ
28 сентября 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6.09	10.19	42.52	278.37	2.12
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2.43	2.02	10.93	72.08	0.34
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	4.61	13.28	13.15	193.26	0.04
Итого			450	13.13	25.49	66.60	543.71	2.50
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	1.00	0.00	25.40	110.00	8.00
Итого			200	1.00	0.00	25.40	110.00	8.00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0.84	3.55	5.19	55.10	2.33
2012	113	СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	1.57	2.37	11.58	73.94	5.69
2008	258	КАРТОФЕЛЬ С МЯСОМ ПО- ДОМАШНЕМУ	200	8.69	6.70	23.47	220.92	11.27
2008	411	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	180	0.15	0.05	12.58	52.41	1.62
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.31	0.44	21.20	101.98	0.00
Итого			670	14.56	13.11	74.02	504.35	20.91
Полдник								
2008		ВАФЛИ	30	0.75	0.99	24.93	106.20	0.00
2008	435	КЕФИР	200	5.80	5.00	8.00	106.00	1.40
Итого			230	6.55	5.99	32.93	212.20	1.40
Ужин								
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80	10.95	7.10	4.64	144.32	9.90
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	130	6.15	7.07	17.15	163.22	0.18
2008	430	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	200	0.12	0.03	12.20	48.25	0.14
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			450	20.07	14.50	52.51	443.94	10.22
Всего				55.31	59.09	251.46	1 814.20	43.03

бухгалтер _____ Хабарова О.Ф.

диетсестра _____ Поташева Л.В.