ГБДОУ НАО "ЦРР - ДС п. Искателей"

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4.47	7.51	29.32	196.27	0.51
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.19	1.81	9.84	64.88	0.30
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30	2.76	7.97	7.89	115.96	0.02
Итого			**360**	**9.42**	**17.29**	**47.05**	**377.11**	**0.83**
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	160	0.80	0.00	20.32	88.00	6.40
Итого			**160**	**0.80**	**0.00**	**20.32**	**88.00**	**6.40**
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	40	0.58	2.37	3.58	37.26	1.60
2012	113	СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	1.53	3.42	10.25	79.61	5.08
2008	258	КАРТОФЕЛЬ С МЯСОМ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	8.31	6.25	22.81	210.78	10.15
2008	411	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	150	0.12	0.05	15.34	63.10	1.36
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			**555**	**13.00**	**12.36**	**67.99**	**467.06**	**18.19**
Полдник								
2008		ВАФЛИ	25	0.63	0.83	20.78	88.50	0.00
2008	435	КЕФИР	180	5.22	4.50	7.20	95.40	1.26
Итого			**205**	**5.85**	**5.33**	**27.98**	**183.90**	**1.26**
Ужин								
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	60	8.21	5.28	3.37	107.31	7.37
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	5.66	7.83	15.89	162.41	0.17
2008	430	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180	0.12	0.03	6.64	26.10	0.13
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**	**16.84**	**13.44**	**44.42**	**383.97**	**7.67**
Всего				**45.91**	**48.42**	**207.76**	**1 500.04**	**34.35**

бухгалтер _____ Хабарова О.Ф.

диетсестра _____ Поташева Л.В.