

Утверждаю

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

МЕНЮ
29 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	218	ОМЛЕТ С ОТВАРНОЙ МОРКОВЬЮ	100/50	7.13	10.60	6.14	160.29	1.23
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3.94	4.15	10.55	96.93	0.62
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50	3.15	7.82	21.83	169.88	0.00
Итого			400	14.22	22.57	38.52	427.10	1.85
II Завтрак								
2008		ВИНОГРАД	100	0.60	0.60	15.40	72.00	6.00
Итого			100	0.60	0.60	15.40	72.00	6.00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	60	1.68	3.60	4.68	57.69	2.23
2012	64	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	1.71	2.66	12.77	82.36	5.27
2008	311	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	200	11.51	16.40	40.09	352.66	1.61
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.00	0.00	10.75	42.96	0.00
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			690	18.42	23.04	91.05	644.22	9.11
Полдник								
2008	435	СНЕЖОК	200	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
к/к	к/к	СУШКИ	50	4.25	5.40	33.35	199.50	0.00
Итого			250	4.25	5.40	33.35	199.50	0.00
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	80	7.18	3.85	3.64	103.75	1.76
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2.71	6.44	19.81	152.19	9.23
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0.17	0.01	5.13	22.06	0.82
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			470	12.91	10.60	47.10	366.15	11.81
Всего				50.40	62.21	225.42	1 708.97	28.77

бухгалтер _____ Хабарова О.Ф.

диетсестра _____ Поташева Л.В.