

Утверждаю

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

МЕНЮ
7 октября 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								
к/к	к/к	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	9.89	12.14	42.10	318.21	0.95
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2.42	2.02	10.82	71.63	0.34
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50	3.15	7.82	21.83	169.88	0.00
Итого			450	15.46	21.98	74.75	559.72	1.29
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1.00	0.20	20.20	86.00	4.00
Итого			200	1.00	0.20	20.20	86.00	4.00
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0.67	0.12	2.30	14.52	15.13
2008	92	СУП С КЛЕЦКАМИ И КУРОЙ	180	4.73	8.84	15.67	161.83	3.29
2008	321	СУФЛЕ ИЗ КУР	80	10.28	17.88	2.31	226.45	0.56
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2.71	6.44	19.81	152.19	9.23
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0.23	0.05	13.74	57.70	6.48
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			720	22.14	33.71	76.59	721.24	34.69
Полдник								
к/к	к/к	СУШКИ	40	4.36	0.52	27.52	132.40	0.00
2008	435	РЯЖЕНКА	200	6.00	2.00	8.40	80.00	1.00
Итого			240	10.36	2.52	35.92	212.40	1.00
Ужин								
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	80	6.78	2.62	8.00	103.20	0.32
2012	151	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАНЕ	150	2.92	4.14	23.05	144.05	10.35
2008	430	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	200	0.12	0.03	12.20	48.25	0.14
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1.66	0.22	10.60	50.99	0.00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.91	0.16	12.55	59.21	0.00
Итого			480	13.39	7.17	66.40	405.70	10.81
Всего				62.35	65.58	273.86	1 985.06	51.79

бухгалтер _____ Хабарова О.Ф.

диетсестра _____ Поташева Л.В.