

Утверждаю

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

МЕНЮ
9 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								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ИЗЮМОМ	170	15.57	17.46	45.60	429.45	0.28
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1.62	1.55	7.47	50.71	0.30
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	4.92	3.20	20.07	131.13	0.07
Итого			420	22.11	22.21	73.14	611.29	0.65
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 СОЛЕННЫЙ	60	0.48	0.06	1.02	7.80	3.00
2008	106	СУП-ЛАПША С ЯЙЦОМ С КУРИЦЕЙ	180	6.16	8.14	14.97	165.12	4.96
2008	259	ГУЛЯШ	70	4.76	5.89	2.74	107.76	1.29
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6.80	4.42	34.61	190.05	0.00
2012	399	СОК	200	0.97	0.19	19.59	83.42	1.60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.99	0.26	12.72	61.19	0.00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.91	0.16	12.55	59.21	0.00
Итого			715	23.07	19.12	98.20	674.55	10.85
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3.50	4.90	39.10	208.50	0.00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5.91	6.52	9.57	122.22	1.09
Итого			250	9.41	11.42	48.67	330.72	1.09
Ужин								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	5.34	7.02	8.19	129.88	0.32
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0.57	1.85	2.35	27.74	0.08
2008	158	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	130	3.39	7.70	21.11	166.69	12.35
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.00	0.00	6.49	25.93	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			470	12.15	16.87	56.66	438.39	12.75
Всего				67.14	70.02	286.47	2 101.95	35.34

бухгалтер _____ Хабарова О.Ф.

диетсестра _____ Поташева Л.В.