

Утверждаю

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

МЕНЮ
29 октября 2026 г.

Ясли 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6.81	7.28	28.13	205.74	0.64
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1.29	1.24	6.02	40.68	0.24
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2.48	6.74	17.17	138.82	0.00
Итого			370	10.58	15.26	51.32	385.24	0.88
II Завтрак								
2008		ГРУША	100	0.40	0.30	10.30	47.00	5.00
Итого			100	0.40	0.30	10.30	47.00	5.00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	40	0.45	1.73	1.94	25.46	3.28
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ	180	1.63	3.19	12.14	83.55	4.88
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8.17	5.67	8.51	130.40	6.33
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2.50	4.17	17.14	116.21	8.29
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0.90	0.18	17.82	77.40	3.60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.99	0.26	12.72	61.19	0.00
Итого			610	15.64	15.20	70.27	494.21	26.38
Полдник								
к/к	к/к	СУХАРИ СДОБНЫЕ	30	2.55	3.24	20.01	119.70	0.00
2008	435	КЕФИР	180	5.22	4.50	7.20	95.40	1.26
Итого			210	7.77	7.74	27.21	215.10	1.26
Ужин								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0.48	1.98	3.89	34.79	0.75
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	8.76	16.70	3.60	215.77	0.30
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.29	0.19	15.05	71.05	0.00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5.49	4.77	9.09	101.70	2.70
Итого			400	17.02	23.64	31.63	423.31	3.75
Всего				51.41	62.14	190.73	1 564.86	37.27

бухгалтер _____ Хабарова О.Ф.

диетсестра _____ Поташева Л.В.