ГБДОУ НАО "ЦРР - ДС п. Искателей"

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
к/к	к/к	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8.98	10.17	40.94	292.21	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**	**14.55**	**20.01**	**73.59**	**533.72**	**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				**61.44**	**63.61**	**272.70**	**1 959.06**	**51.79**

бухгалтер _____ Хабарова О.Ф.

диетсестра _____ Поташева Л.В.