ГБДОУ НАО "ЦРР - ДС п. Искателей"

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ИЗЮМОМ	130	11.21	13.69	29.36	306.01	0.23
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0.14	0.00	4.60	19.71	0.74
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2.48	6.74	17.17	138.82	0.00
Итого			**350**	**13.83**	**20.43**	**51.13**	**464.54**	**0.97**
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	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30	0.42	1.30	2.27	22.42	1.57
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	1.49	4.60	9.73	85.56	1.97
2008	351	РАГУ С МЯСОМ	180	8.11	5.52	22.67	200.13	12.06
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.59	0.24	15.21	76.68	72.00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.99	0.26	12.72	61.19	0.00
Итого			**570**	**12.60**	**11.92**	**62.60**	**445.98**	**87.60**
Полдник								
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	70	6.03	7.39	51.23	280.42	0.22
2008		ЙОГУРТ	180	3.60	2.70	5.40	86.40	1.26
Итого			**250**	**9.63**	**10.09**	**56.63**	**366.82**	**1.48**
Ужин								
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	9.98	8.62	0.89	139.52	6.66
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0.43	2.61	2.95	36.17	1.03
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	40/80	3.93	8.00	21.01	166.78	5.44
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	160	0.13	0.13	12.73	53.29	1.28
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0.99	0.13	6.36	30.59	0.00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1.14	0.09	7.53	35.52	0.00
Итого			**400**	**16.60**	**19.58**	**51.47**	**461.87**	**14.41**
Всего				**53.06**	**62.32**	**232.13**	**1 786.21**	**109.46**

бухгалтер _____ Хабарова О.Ф.

диетсестра _____ Поташева Л.В.