Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №15" ул.Кольцевая 49
/Рыбчинская Т.Ф./

МЕНЮ

20 июля 2026 г.

Сад 10,5

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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5,1	6,9	18,8	158	0,6
2008	13	ПОВИДЛО	10			6,8	28	0,1
2008		БАТОН	29	1,5	0,9	42,3	60	0
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,5	3,7	10,4	90	0,6
Итого			**399**	**10,1**	**11,5**	**78,3**	**336**	**1,3**
II Завтрак								
		СОК	90					0
Итого			**90**					**0**
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	6,7	1,6	13,6	96	3,1
2012	288	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	50	6,3	14,3	5,9	178	0,4
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,4	2,5	26,9	148	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	32	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,1	0,2	25	69	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	3,7	11,3	22	77	0
Итого			**586**	**23,2**	**29,9**	**101,5**	**600**	**3,5**
Уплотненный полдник								
2021	200	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	150	4,5	8,5	24,1	191	15,4
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	20	0,6		1,2	7	0,8
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		8,4	34	0,2
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,2	0,1	8,1	40	0
Итого			**366**	**6,4**	**8,6**	**41,8**	**272**	**16,4**
Всего				**39,7**	**50**	**221,6**	**1208**	**21,2**