Утверждаю

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

МЕНЮ

28 января 2026 г.

Сад 10,5

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 ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,9	4,8	19	141	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	1,3	0,1	52	0
2008		БАТОН	20	1,2	0,8	29,6	48	0
2008	433	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	3,6	3,1	9,4	81	0,6
Итого			**385**	**9,8**	**10**	**58,1**	**322**	**1,2**
II Завтрак								
		СОК	95					0
Итого			**95**					**0**
Обед								
2012	83	СУП С КРУПОЙ С КУРИНЫМ ФИЛЕ	180	5,7	4,7	14,1	122	4,5
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	10,3	3,1	6,6	96	0,4
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3	4,5	20,6	135	9,9
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7,4	29	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,5	0,1	18,9	49	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	0,7	0,2	4,6	77	0
Итого			**601**	**21,2**	**12,6**	**72,2**	**508**	**14,8**
Уплотненный полдник								
2012	206	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ЗАПЕЧЕНЫЕ С СЫРОМ	180	6,5	6,4	29,2	202	0
2008	00	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,6	2,7	2,3	36	2,1
к/к	к/к	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	10,7	45	24,4
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1	0,1	6,9	46	0
Итого			**409**	**8,3**	**9,3**	**49,1**	**329**	**26,5**
Всего				**39,3**	**31,9**	**179,4**	**1159**	**42,5**