Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад №15" ул.Кольцевая 49

_____ /Рыбчинская Т.Ф./

МЕНЮ

17 марта 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	10,7	10,5	2	146	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	1,3	0,1	52	0
2008		БАТОН	22	1,1	0,4	42,3	52	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	9	78	0,6
ого			**357**	**15,4**	**15,1**	**53,4**	**328**	**0,8**
II Завтрак								
2008	401	НАПИТОК "ИЗЮМИНКА"	180	0,2		10,1	42	0
Итого			**180**	**0,2**		**10,1**	**42**	**0**
Обед								
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,1	2,8	11,8	84	10,9
2008	258	* ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	8,6	16,1	22,1	268	11,1
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,2	25	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,3	0,2	24,5	45	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	3,7	11,3	22	77	0
Итого			**584**	**15,7**	**30,4**	**86,6**	**499**	**22**
Уплотненный полдник								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	2,9	5,4	17,4	131	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,1	28	0
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,5	0,5	11,4	55	11,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,2	0,2	14,8	63	0
Итого			**480**	**5,7**	**6,1**	**50,7**	**277**	**12**
Всего				**37**	**51,6**	**200,8**	**1146**	**34,8**