Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад №15" ул.Кольцевая 49

_____ /Рыбчинская Т.Ф./

МЕНЮ

26 октября 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5	7,8	18,3	165	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	1,3	0,1	52	0
2008	13	ПОВИДЛО	8			5,1	21	0
2008		БАТОН	29	1,5	0,9	42,3	60	0
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,6	3,9	10,7	93	0,6
Итого			**402**	**10,2**	**13,9**	**76,5**	**391**	**1,2**
II Завтрак								
		РЯЖЕНКА	100	3,3	2,8	4,8	61	0,1
Итого			**100**	**3,3**	**2,8**	**4,8**	**61**	**0,1**
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	1,8	1	15,9	80	3,4
2012	288	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	50/10	6,8	15,1	6	187	0,4
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,9	3,4	29,6	169	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	33	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,1	0,2	25	69	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	3,7	11,3	22	77	0
Итого			**599**	**19,3**	**31**	**106,6**	**615**	**3,8**
Уплотненный полдник								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	2,5	2,4	17,6	104	12,4
2008		ВАФЛИ	25					0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		8,3	35	0,5
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,2	0,1	8,1	40	0
Итого			**401**	**3,8**	**2,5**	**34**	**179**	**12,9**
Всего				**36,6**	**50,2**	**221,9**	**1246**	**18**