Утверждаю

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

МЕНЮ

7 октября 2025 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	3,6	5,4	18,9	140	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	1,8	0,1	73	0
2008		БАТОН	26	1,5	1	49,6	60	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,6	3,7	11,1	93	0,6
Итого			**393**	**8,8**	**11,9**	**79,7**	**366**	**1**
II Завтрак								
		НАПИТОК ФРУКТОВОЕ АССОРТИ	100	0,1		7,4	31	0,6
Итого			**100**	**0,1**		**7,4**	**31**	**0,6**
Обед								
2008	105	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	3	1,6	20,9	109	6,9
2008	265	ПЛОВ	180	8,6	14,8	31,1	292	0,5
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7,4	30	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,7	0,2	22,1	57	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	3,7	11,3	15	77	0
Итого			**583**	**17**	**27,9**	**96,5**	**565**	**7,4**
Уплотненный полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8,6	10,7	1,9	137	0,2
2008	00	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	22	0,4	1,8	1,6	25	1,4
2008	411	КИСЕЛЬ	180			17,6	71	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,5	0,2	9,8	46	0
Итого			**354**	**10,5**	**12,7**	**30,9**	**279**	**1,6**
Всего				**36,4**	**52,5**	**214,5**	**1241**	**10,6**