Утверждаю

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

# МЕНЮ

**5 декабря 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 180 | 4,7 | 6,4 | 20,2 | 159 | 0,6 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 7 | 0,1 | 1,8 | 0,1 | 73 | 0 |
| 2008 | | БАТОН | 27 | 1,2 | 0,8 | 42,3 | 48 | 0 |
| 2008 | 434 | КАКАО НА МОЛОКЕ | 180 | 3,1 | 3,3 | 9,6 | 81 | 0,5 |
| **Итого** | | | **394** | **9,1** | **12,3** | **72,2** | **361** | **1,1** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | |
| | | СОК | 103 | | | | | 0 |
| **Итого** | | | **103** | | | | | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | |
| | | СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180 | 1,8 | 2,2 | 11,3 | 72 | 5,5 |
| 2008 | 265 | ПЛОВ | 180 | 9,7 | 17,8 | 32,1 | 328 | 0,3 |
| | | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | 6,7 | 27 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 18 | 1,4 | 0,2 | 19,6 | 51 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 26 | 3,7 | 11,3 | 22 | 77 | 0 |
| **Итого** | | | **584** | **16,6** | **31,5** | **91,7** | **555** | **5,8** |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | |
| 2008 | 319 | КНЕЛИ ИЗ КУР ЗАПЕЧЕННЫЕ | 60 | 12,6 | 11,8 | 4,7 | 175 | 1,4 |
| 2012 | 321 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ | 150 | 2,8 | 3,9 | 23 | 139 | 11,6 |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 16 | 0,1 | | 0,3 | 2 | 0,8 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 | | 8,6 | 35 | 0 |
| 2008 | 1 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 22 | 2,6 | 0,1 | 13,3 | 67 | 0 |
| **Итого** | | | **428** | **18,2** | **15,8** | **49,9** | **418** | **13,8** |
| **Всего** | | | | **43,9** | **59,6** | **213,8** | **1334** | **20,7** |