Утверждаю

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

# МЕНЮ

**19 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** | | | | | | | | |
| 2012 | 92 | СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ | 180 | 4,1 | 5,3 | 18 | 138 | 0,5 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 1,3 | 0,1 | 52 | 0 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 7 | 1,7 | 2,1 | | 26 | 0 |
| 2008 | | БАТОН | 21 | 1,1 | 0,4 | 42,3 | 52 | 0 |
| | | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 2,7 | 2,3 | 8,8 | 68 | 0,5 |
| **Итого** | | | **393** | **9,7** | **11,4** | **69,2** | **336** | **1** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | |
| | | СНЕЖОК 2,5 % | 100 | | | | | 0 |
| **Итого** | | | **100** | | | | | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | |
| | | СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180 | 2,3 | 2,5 | 14,4 | 92 | 7 |
| | | ГРУДКА КУРИНАЯ ТУШЕНАЯ С СОУСОМ | 50/30 | 10,4 | 10,1 | 1,9 | 142 | 0,7 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 4,8 | 4,4 | 21,5 | 145 | 0 |
| | | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | 8,1 | 33 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 26 | | | 24,3 | 49 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 21 | 3,7 | 11,4 | 22 | 77 | 0 |
| **Итого** | | | **617** | **21,2** | **28,4** | **92,2** | **538** | **7,7** |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | |
| 2008 | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 60 | 10,6 | 3,9 | 2,2 | 100 | 7,9 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 2,5 | 5,1 | 17,1 | 124 | 8,3 |
| к/к | к/к | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,1 | 0,1 | 9,4 | 39 | 23,2 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 17 | 1,2 | 0,1 | 7,9 | 49 | 0 |
| **Итого** | | | **407** | **14,4** | **9,2** | **36,6** | **312** | **39,4** |
| **Всего** | | | | **45,3** | **49** | **198** | **1186** | **48,1** |