Утверждаю

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

# МЕНЮ

**24 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 180 | 3,3 | 4,3 | 15 | 114 | 0,3 |
| 2008 | 13 | ПОВИДЛО | 9 | | | 5,6 | 23 | 0 |
| 2008 | | БАТОН | 24 | 1,8 | 0,7 | 11,8 | 61 | 0 |
| 2012 | 396 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 3,6 | 3,9 | 9,4 | 88 | 0,6 |
| **Итого** | | | **393** | **8,7** | **8,9** | **41,8** | **286** | **0,9** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | |
| | | НАПИТОК ФРУКТОВОЕ АССОРТИ | 100 | | | 4,6 | 19 | 0,6 |
| **Итого** | | | **100** | | | **4,6** | **19** | **0,6** |
| **Обед** | | | | | | | | |
| 2012 | 83 | СУП С КРУПОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | 3,6 | 1,7 | 16,2 | 93 | 4,5 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ | 60 | 7,4 | 19,8 | 2,4 | 217 | 0,5 |
| 2012 | 315 | КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 3,3 | 1,9 | 24 | 126 | 0 |
| | | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | 5,9 | 24 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 16 | | | 25 | 46 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 24 | 3,7 | 11,4 | 22 | 77 | 0 |
| **Итого** | | | **590** | **18** | **34,8** | **95,5** | **583** | **5** |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | |
| 2012 | 237 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 130 | 17,9 | 12,7 | 13,8 | 245 | 0,2 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 30 | 0,3 | 1,3 | 2,9 | 23 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 | | 5,3 | 22 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,9 | 0,2 | 13,5 | 58 | 0 |
| **Итого** | | | **360** | **20,2** | **14,2** | **35,5** | **348** | **0,2** |
| **Всего** | | | | **46,9** | **57,9** | **177,4** | **1236** | **6,7** |