Утверждаю

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

МЕНЮ

19 января 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,9	6,8	18,1	154	0,6
2008	13	ПОВИДЛО	8			5,4	22	0
2008		БАТОН	30	1,5	0,9	42,3	60	0
012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,3	2,7	9,6	76	0,6
Итого			**398**	**9,7**	**10,4**	**75,4**	**312**	**1,2**
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5 %	100					0
Итого			**100**					**0**
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	5,8	1	13,6	86	2,9
2012	288	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	50	6,1	13,6	5,9	171	0,5
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,1	3,5	25	148	0
2008	00	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,5	2,5	2,2	34	2
		КОМПОТ ИЗ ФРУКТОВОЙ СМЕСИ	180	0,1		10,4	44	1,1
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	2,1	0,2	25	69	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	3,7	11,3	22	77	0
Итого			**605**	**22,4**	**32,1**	**104,1**	**629**	**6,5**
Уплотненный полдник								
_008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	2,1	1,8	13,2	77	11,4
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,5	0,5	11,2	54	11,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,6		7,9	34	0,5
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12	1	0,1	6,4	32	0
Итого			**442**	**4,2**	**2,4**	**38,7**	**197**	**23,4**
Всего				**36,3**	**44,9**	**218,2**	**1138**	**31,1**