Утверждаю

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

МЕНЮ

20 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,6	5,1	18,8	141	0,6
2008	13	ПОВИДЛО	8			5,3	21	0
2008		БАТОН	22	1,1	0,5	40,9	52	0
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,2	2,6	10,7	80	0,6
Итого			**390**	**8,9**	**8,2**	**75,7**	**294**	**1,2**
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	100	3	1	4,2	40	0,5
Итого			**100**	**3**	**1**	**4,2**	**40**	**0,5**
Обед								
		СУП С БОБОВЫМИ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	6,8	7,7	15,4	158	4,1
2012	245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	60/10	9,3	2,1	0,9	60	0,4
2008	335	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	130	2,1	2,6	17,3	99	0
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	8,4	36	1,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19			25	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	3,7	11,4	22,1	78	0
Итого			**601**	**22**	**23,9**	**89,1**	**466**	**5,6**
Уплотненный полдник								
2008	265	ПЛОВ	180	10,3	7,6	36,1	254	0,9
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,9	14,9	83	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		9,7	40	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,1	0,2	14,5	62	0
Итого			**406**	**14**	**9,7**	**75,2**	**439**	**1,2**
Всего				**47,9**	**42,8**	**244,2**	**1239**	**8,5**