Утверждаю

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

МЕНЮ

26 января 2026 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	190	КАША "ДРУЖБА"	180	4,6	6,6	22,3	168	0,5
2008	13	ПОВИДЛО	10			6,7	27	0,1
2008		БАТОН	31	1,5	1	49,4	58	0
2012	396	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,7	3,2	10,3	85	0,6
Итого			**401**	**9,8**	**10,8**	**88,7**	**338**	**1,2**
II Завтрак								
		НАПИТОК ФРУКТОВОЕ АССОРТИ	100	0,1		3,3	15	0,7
Итого			**100**	**0,1**		**3,3**	**15**	**0,7**
Обед								
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	180	1,9	1,6	12,1	70	9,4
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ*	50	9,1	7,7	3,2	118	0,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,8	2,9	23,6	140	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7,5	30	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	2,1	0,2	27	62	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	3,7	11,3	22	77	0
Итого			**589**	**21,6**	**23,7**	**95,4**	**497**	**9,8**
Уплотненный полдник								
2008	238	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	70	12	6	1	110	0,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,7	5,2	22,2	151	10,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			7,5	30	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,4	0,2	9,4	45	0
Итого			**421**	**17,1**	**11,4**	**40,1**	**336**	**10,8**
Всего				**48,6**	**45,9**	**227,5**	**1186**	**22,5**