Утверждаю

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

МЕНЮ

13 октября 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	3,4	5,7	21,1	151	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	1,3	0,1	52	0
2008		БАТОН	27	1,1	0,4	42,3	52	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	4,1	10,5	95	0,7
Итого			**392**	**8,4**	**11,5**	**74**	**350**	**1,1**
II Завтрак								
		СОК	95					0
Итого			**95**					**0**
Обед								
		СУП ГРЕЧНЕВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	5,3	4,5	13,2	113	3,5
2008	258	* ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	8	15,1	22,8	259	11,5
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	12	0,1		0,2	2	0,6
		КОМПОТ ИЗ ФРУКТОВОЙ СМЕСИ	180	0,1		8,6	36	0,9
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,7	11,3	22	77	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,2	0,2	22,5	41	0
Итого			**603**	**18,4**	**31,1**	**89,3**	**528**	**16,5**
Уплотненный полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	12,5	12,6	2,2	172	0,2
2008	00	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	25	0,5	2,2	1,9	30	1,8
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,3	34	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	2	0,2	13,4	57	0
Итого			**374**	**15,1**	**15**	**25,8**	**293**	**2**
Всего				**41,9**	**57,6**	**189,1**	**1171**	**19,6**