Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад №15" ул.Кольцевая 49

_____ /Рыбчинская Т.Ф./

МЕНЮ

10 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								
2012	418	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	180	4,2	4,7	18,7	136	0,5
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	1,8	0,1	73	0
2008	13	ПОВИДЛО	9			6	24	0
2008		БАТОН	33	1,5	1	49,6	60	
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,3	2,7	10,3	80	0,6
Итого			**407**	**9,1**	**10,2**	**84,7**	**373**	**1,1**
II Завтрак								
		СОК	100					0
Итого			**100**					**0**
Обед								
2008	105	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	180	5,1	6,6	21,3	165	6,5
2004	163	ПЛОВ	180	9,8	16,4	37,7	338	0,7
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,6	34	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,6	0,2	21,1	54	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	3,7	11,3	15	77	0
Итого			**581**	**20,2**	**34,5**	**103,7**	**668**	**7,2**
Уплотненный полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	11,7	11,4	2	156	
2012		КУКУРУЗА (КОНСЕРВ)	20	0,8	0,1	1,6	10	1,1
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	15,2	85	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		6,9	28	0,4
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,4	0,2	9,4	45	0
Итого			**371**	**15,5**	**13,7**	**35,1**	**324**	**1,7**
Всего				**44,8**	**58,4**	**223,5**	**1365**	**10**