Утверждаю

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

МЕНЮ

14 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								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4	5,5	17,7	137	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	1,3	0,1	52	0
2008		БАТОН	17	1,2	0,8	29,6	48	0
2008	433	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,5	2,1	7,2	59	0,4
Итого			**382**	**7,8**	**9,7**	**54,6**	**296**	**0,8**
II Завтрак								
		СОК	100					0
Итого			**100**					**0**
Обед								
2012	83	СУП С КРУПОЙ С МЯСОМ	180	7,5	5,7	14,7	140	4,7
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	10,8	2,2	5,9	86	0,4
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,9	4,1	20,8	132	10,2
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7	28	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,2	0,1	15,9	41	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	0,7	0,2	4,6	77	0
Итого			**596**	**23,1**	**12,3**	**68,9**	**504**	**15,3**
Уплотненный полдник								
2012	206	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ЗАПЕЧЕНЫЕ С СЫРОМ	180	7,2	7	30,4	214	0
2008	00	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	25	0,5	2,3	2	31	1,8
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		8,5	34	0,3
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	0,9	0,1	6	40	0
Итого			**401**	**8,7**	**9,4**	**46,9**	**319**	**2,1**
Всего				**39,6**	**31,4**	**170,4**	**1119**	**18,2**