Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад №15" ул.Кольцевая 49

_____ /Рыбчинская Т.Ф./

МЕНЮ

14 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	3,7	5,9	16,7	135	0,4
2008	13	ПОВИДЛО	8			5,1	21	0
2008		БАТОН	29	2,2	0,9	14,3	74	0
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,7	4,9	12,3	114	0,8
Итого			**397**	**10,6**	**11,7**	**48,4**	**344**	**1,2**
II Завтрак								
		СОК	100					0
Итого			**100**					**0**
Обед								
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,9	3,1	10,8	80	9,1
2008	259	ГУЛЯШ	50	6,4	17	2,9	190	0,3
2012	315	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,4	2,2	24,2	130	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,9	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19			25	46	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	3,7	11,4	22	77	0
Итого			**591**	**15,4**	**33,7**	**91,8**	**551**	**9,4**
Уплотненный полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	23,2	16,7	16,5	314	0,2
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,4	1,7	3,3	30	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,4	30	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,9	0,2	13,5	58	0
Итого			**384**	**25,6**	**18,6**	**40,7**	**432**	**0,3**
Всего				**51,6**	**64**	**180,9**	**1327**	**10,9**