Утверждаю

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

МЕНЮ

30 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5	5,6	21,3	157	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	1,3	0,1	52	0
2008		БАТОН	22	1,2	0,8	42,3	48	0
2008	434	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	3,3	2,8	10,2	80	0,6
Итого			**387**	**9,6**	**10,5**	**73,9**	**337**	**1,2**
II Завтрак								
		СОК	95					0
Итого			**95**					**0**
Обед								
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	2,1	2	12,5	80	5,9
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	11,7	3,2	3,5	104	8,6
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	130	2,7	2,4	28,4	146	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7,1	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,3	0,2	18,9	49	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	3,7	11,3	22	77	0
Итого			**582**	**21,5**	**19,1**	**92,4**	**484**	**14,5**
Уплотненный полдник								
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	50	7	16,4	5,6	199	0
2012	321	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	130	2,4	3,7	20,1	123	10,1
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	15	0,1		0,3	2	0,8
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			8,6	35	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	2,6	0,1	13,3	67	0
Итого			**396**	**12,1**	**20,2**	**47,9**	**426**	**10,9**
Всего				**43,2**	**49,8**	**214,2**	**1247**	**26,6**