Утверждаю

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

МЕНЮ

19 октября 2026 г.

Сад 10,5

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	3,8	6,5	18,2	147	0,4
2008	13	ПОВИДЛО	9			5,6	23	0
2008		БАТОН	26	1,5	1	49,4	58	0
2012	396	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,2	3,4	9,8	83	0,6
Итого			**395**	**8,5**	**10,9**	**83**	**311**	**1**
II Завтрак								
		НАПИТОК ИЗ ФРУКТОВОЙ СМЕСИ	100	0,1		4,7	20	0,8
Итого			**100**	**0,1**		**4,7**	**20**	**0,8**
Обед								
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	180	2,7	3,2	14,6	99	11,3
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ*	50	11,3	9,6	2,8	142	0,5
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,8	2,9	23,6	140	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7,4	30	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	2,1	0,2	27	62	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	3,7	11,3	22	77	0
Итого			**597**	**24,6**	**27,2**	**97,4**	**550**	**11,8**
Уплотненный полдник								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ	60/10	7,7	3,2	3,9	76	0,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,4	4,7	21,8	144	10,4
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,6	31	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,5	0,2	9,8	46	0
Итого			**402**	**12,7**	**8,1**	**43,1**	**297**	**10,8**
Всего				**45,9**	**46,2**	**228,2**	**1178**	**24,4**