Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад №15"" ул. Чернышевского,5А

_____ /Рыбчинская Т.Ф./

МЕНЮ

23 октября 2026 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2011	94	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	180	3,9	5,6	16,2	124	0,5
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1,6	2,1		25	0
2011	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,1	0,1	37	0
2011	1	БАТОН НАРЕЗНОЙ	26	1,5	0,9	12,1	60	0
2011	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,3	2,5	8,2	65	0,4
Итого			**399**	**9,4**	**15,2**	**36,6**	**311**	**0,9**
II Завтрак								
2008	437	СОК	100	0,1		12,5	52	0
Итого			**100**	**0,1**		**12,5**	**52**	**0**
Обед								
2004	34	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	2	2,4	13,9	84	6,7
2008	256	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	8	3,2	2,3	76	5,9
2011	318	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	130	2,9	2,4	20,3	109	9,9
2011	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	33	0
2011	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 СОРТ	16	1,6	0,2	19,1	46	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	2,4	7,5	14,6	51	0
Итого			**585**	**16,9**	**15,7**	**78,3**	**399**	**22,5**
Уплотненный полдник								
2008	319	КУРИНОЕ ФИЛЕ В СОУСЕ	50/10	6,5	4,7	2	75	0,53
2011	315	РИС ОТВАРНОЙ	150	2,8	3,9	63,2	183	0
2011	8	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	20	0,1		0,3	2	0,8
2011	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,3	34	0
2011	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 СОРТ	20	1,6	0,2	19,1	46	0
Итого			**430**	**11,1**	**8,8**	**92,9**	**340**	**1,33**
Всего				**37,5**	**39,7**	**220,3**	**1102**	**24,73**

Белова Т.А., Загоруйко Л.В.