Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №15"" ул. Чернышевского 5А
_____ /Рыбчинская Т.Ф./

МЕНЮ

19 марта 2025 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								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	180	4,3	5,9	15,5	126	0,6
2011	6	ПОВИДЛО	7			4,4	18	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	24	1,1	0,4	15	52	0
2011	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,3	3,5	9,2	83	0,6
Итого			**391**	**8,7**	**9,8**	**44,1**	**279**	**1,2**
II Завтрак								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ФРУКТОВОЙ СМЕСИ	100			6,5	26	0
Итого			**100**			**6,5**	**26**	**0**
Обед								
2008	88	ЩИ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ*	180	1,6	4,2	10,4	85	4,3
2011	285	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	50/10	9,1	14,9	6,5	192	0,6
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,2	2,7	23,4	123	0
2011	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,5	26	0
2011	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 СОРТ	14	1,2	0,1	13	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	2,3	7	13,5	48	0
Итого			**591**	**17,4**	**28,9**	**73,3**	**505**	**4,9**
Уплотненный полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	17,4	7,1	16,4	255	0
2011	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ*	30		0,2	0,1	2	0
2010	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	180	0,1		5,1	21	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 СОРТ	14	1,2	0,1	13	31	0
Итого			**354**	**18,7**	**7,4**	**34,6**	**309**	**0**
Всего				**44,8**	**46,1**	**158,5**	**1119**	**6,1**

Белова Т.А Горбунова Т.В.