Утверждаю

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

МЕНЮ

28 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	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	3,7	4,7	16,4	124	0,4
2008	13	ПОВИДЛО	7			4,4	18	0
2008		БАТОН	29	2,2	0,9	14,3	74	0
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,6	4,9	11,4	110	0,8
Итого			**396**	**10,5**	**10,5**	**46,5**	**326**	**1,2**
II Завтрак								
		НАПИТОК ИЗ ФРУКТОВОЙ СМЕСИ	100			3,9	17	0,5
Итого			**100**			**3,9**	**17**	**0,5**
Обед								
		СУП ГРЕЧНЕВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,6	1,6	15,4	87	4,7
2008	259	ГУЛЯШ	50	6,2	16,2	2	179	0,4
2012	315	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,5	1,7	25,3	131	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,2	25	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19			25	46	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	3,7	11,4	22	77	0
Итого			**591**	**16**	**30,9**	**95,9**	**545**	**5,1**
Уплотненный полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	26,6	17,8	16,5	339	0,3
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,4	1,3	4,3	30	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,2	25	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,9	0,2	13,5	58	0
Итого			**384**	**29**	**19,3**	**40,5**	**452**	**0,4**
Всего				**55,5**	**60,7**	**186,8**	**1340**	**7,2**