Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад №15" ул.Кольцевая 49

/Рыбчинская Т.Ф./

# МЕНЮ

**15 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** | | | | | | | | |
| 2012 | 92 | СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ | 180 | 4,7 | 6,7 | 17,7 | 151 | 0,6 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 1,3 | 0,1 | 52 | 0 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 8 | 2,1 | 2,6 | | 33 | 0,1 |
| 2008 | | БАТОН | 20 | 1,1 | 0,4 | 42,3 | 52 | 0 |
| | | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,3 | 3,5 | 8,9 | 82 | 0,6 |
| **Итого** | | | **393** | **11,3** | **14,5** | **69** | **370** | **1,3** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | |
| | | НАПИТОК ИЗ ФРУКТОВОЙ СМЕСИ | 100 | | | 5,6 | 24 | 0,6 |
| **Итого** | | | **100** | | | **5,6** | **24** | **0,6** |
| **Обед** | | | | | | | | |
| | | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | 180 | 1,7 | 2,2 | 11,2 | 72 | 5,3 |
| 2008 | 319 | КНЕЛИ ИЗ КУР ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ | 50/10 | 11,2 | 10,9 | 4,4 | 162 | 1,3 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 4,3 | 4,3 | 19,5 | 133 | 0 |
| | | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | 7,5 | 30 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | | | 23 | 46 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 31 | 3,7 | 11,4 | 22 | 77 | 0 |
| **Итого** | | | **606** | **20,9** | **28,8** | **87,6** | **520** | **6,6** |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | |
| 2008 | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 60 | 11,5 | 5,2 | 2,3 | 116 | 8,61 |
| 2008 | 335 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ | 130 | 2,8 | 3,6 | 23,3 | 133 | 0 |
| к/к | к/к | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,1 | 0,1 | 8 | 34 | 19,8 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 16 | 1,1 | 0,1 | 7,5 | 46 | 0 |
| **Итого** | | | **386** | **15,5** | **9** | **41,1** | **329** | **28,41** |
| **Всего** | | | | **47,7** | **52,3** | **203,3** | **1243** | **36,91** |