Утверждаю

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

МЕНЮ

19 марта 2025 г.

Ясли 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,2	4,5	12,3	104	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	1,3	0,1	52	0
2008		БАТОН	26	2	0,8	12,8	66	0
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,4	2,6	7,1	62	0,4
Итого			**331**	**7,7**	**9,2**	**32,3**	**284**	0,8
II Завтрак								
		НАПИТОК ФРУКТОВОЕ АССОРТИ	100			5,8	24	0,6
Итого			**100**			**5,8**	**24**	0,6
Обед								
		ЩИ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ	150	1	2,9	6,7	57	3,3
		ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	40/10	5,2	12,2	2,3	141	0,3
2012	315	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,7	1,8	19,3	104	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12	0,9	0,1	5,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,6	0,2	10,3	50	0
Итого			**496**	**11,4**	**17,2**	**50,4**	**403**	3,6
Уплотненный полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	18,4	12,4	14	245	0,2
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	20	0,4	1,3	4,1	30	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		6,2	26	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12	0,9	0,1	5,8	27	0
Итого			**312**	**19,8**	**13,8**	**30,1**	**328**	0,5
Всего				**38,9**	**40,2**	**118,6**	**1039**	5,5

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 марта 2025 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	3,8	5,5	15,1	126	0,5
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	1,8	0,1	73	0
2008		БАТОН	26	2	0,8	12,8	66	0
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,9	3,1	9,3	77	0,5
Итого			**393**	**8,8**	**11,2**	**37,3**	**342**	**1**
II Завтрак								
		НАПИТОК ФРУКТОВОЕ АССОРТИ	100			6,3	26	0,6
Итого			**100**			**6,3**	**26**	0,6
Обед								
		ЩИ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ	180	1,1	3,3	8,3	68	3,9
		ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	50/10	5,9	14,3	3,1	165	0,3
2012	315	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,1	2	22,7	121	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14			25	46	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	3,7	11,4	22	77	0
Итого			**595**	**13,8**	**31**	**88,1**	**505**	**4,2**
Уплотненный полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	21,3	14,5	15,6	281	0,2
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	20	0,4	1,4	3,5	28	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		7,4	30	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,9	0,2	13,5	58	0
Итого			**367**	**23,7**	**16,1**	**40**	**397**	**0,5**
Всего				**46,3**	**58,3**	**171,7**	**1270**	6,3