Утверждаю

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

МЕНЮ

10 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	190	КАША "ДРУЖБА"	150	3,3	4,9	18,9	135	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	1,3	0,1	52	0
2008		БАТОН	24	1,5	1	49,4	58	0
2012	396	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,5	2,7	8,1	67	0,4
Итого			**329**	**7,4**	**9,9**	**76,5**	**312**	**0,8**
II Завтрак								
		РЯЖЕНКА	100	2,8	2,4	4,1	52	0,1
Итого			**100**	**2,8**	**2,4**	**4,1**	**52**	**0,1**
Обед								
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	150	2,1	2,6	11,3	77	10,9
		ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	50/10	6,3	15,1	3,1	174	0,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,1	2,5	20	119	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			6,5	26	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12	0,9	0,1	5,9	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			**512**	**15,4**	**20,6**	**59,5**	**485**	**11,3**
Уплотненный полдник								
2008	238	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	50/20	6,9	1,8	0,3	44	0,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,8	5	21,1	146	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,6	27	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12	0,9	0,1	5,9	28	0
Итого			**352**	**11,7**	**6,9**	**33,9**	**245**	**0,1**
Всего				**37,3**	**39,8**	**174**	**1094**	**12,3**

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 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	190	КАША "ДРУЖБА"	180	4	6,1	21,5	158	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	1,8	0,1	73	0
2008		БАТОН	24	1,5	1	49,4	58	0
2012	396	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,9	3	9,4	78	0,5
того			**391**	**8,5**	**11,9**	**80,4**	**367**	**0,9**
II Завтрак								
		РЯЖЕНКА	100	2,8	2,4	4,1	52	0,1
Итого			**100**	**2,8**	**2,4**	**4,1**	**52**	**0,1**
Обед								
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	180	2,7	2,8	14	92	13,1
		ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	50/10	6,4	16,1	3,3	184	0,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,8	2,9	23,6	140	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	32	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	2,1	0,2	27	62	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	3,7	11,3	22	77	0
Итого			**606**	**19,7**	**33,3**	**98**	**587**	**13,5**
Уплотненный полдник								
2008	238	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	70/10	8,8	2,1	0,5	57	0,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	4,8	6,3	26,6	185	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,3	33	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,3	0,1	8,6	41	0
Итого			**429**	**15**	**8,5**	**44**	**316**	**0,3**
Всего				**46**	**56,1**	**226,5**	**1322**	**14,8**