Утверждаю

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

МЕНЮ

18 августа 2026 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	184	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	3,7	5,9	23	150	0,4
2011	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	4,1	0,1	37	0
2011	6	ПОВИДЛО	5			2,6	10	0
2008	1	БАТОН НАРЕЗНОЙ	32	1,1	0,4	7,3	52	0
2011	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3	3,2	9,5	79	0,5
Итого			**403**	**7,9**	**13,6**	**42,5**	**328**	**0,9**
II Завтрак								
2008	6	СОК	100	0,1		12,3	51	0
Итого			**100**	**0,1**		**12,3**	**51**	**0**
Обед								
2011	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,9	2,6	10,5	73	12,4
2011	274	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	180	8,5	14,8	17,5	228	8,7
2004	70	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	18	0,1		0,3	2	0,4
2011	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7,4	30	0
2011	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 СОРТ	14	1,6	0,2	17,5	42	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,9	9	17,5	62	0
Итого			**607**	**15**	**26,6**	**70,7**	**437**	**21,5**
Уплотненный полдник								
2011	206	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ЗАПЕЧЕНЫЕ С СЫРОМ	180	7,1	6,1	31	205	0
2008	14	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,3	1,9	1,9	27	0
2011	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,5	23	0
2011	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 СОРТ	18	1,6	0,2	17,5	42	0
Итого			**408**	**9,1**	**8,2**	**55,9**	**297**	**0**
Всего				**32,1**	**48,4**	**181,4**	**1113**	**22,4**

Белова Т.А., Загоруйко Л.В.