Утверждаю

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

МЕНЮ

16 сентября 2026 г.

Сад 10,5

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	3,2	5,1	15	120	0,3
2008	13	ПОВИДЛО	7			4,9	20	0
2008		БАТОН	27	2,1	0,8	13,6	70	0
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,9	4,1	10,3	94	0,7
Итого			**394**	**9,2**	**10**	**43,8**	**304**	**1**
II Завтрак								
		РЯЖЕНКА	100	2,8	2,4	4,2	53	0,1
Итого			**100**	**2,8**	**2,4**	**4,2**	**53**	**0,1**
Обед								
		ЩИ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ СО СМЕТАНОЙ	180	1,2	3,9	7,7	70	3,4
2008	259	ГУЛЯШ	50	6,2	15,5	2,7	176	0,5
2012	315	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,5	2	25,1	133	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			5,7	23	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14			25	46	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	3,7	11,4	22	77	0
Итого			**574**	**14,6**	**32,8**	**88,2**	**525**	**3,9**
Уплотненный полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	22,3	15,9	14,8	294	0,2
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,3	1,4	2,8	25	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,6	27	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,9	0,2	13,5	58	0
ого			**357**	**24,6**	**17,5**	**37,7**	**404**	**0,2**
Всего				**51.2**	**62,7**	**173,9**	**1286**	**5,2**