Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад №15" ул.Кольцевая 49

_____ /Рыбчинская Т.Ф./

МЕНЮ

11 марта 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								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,9	4,7	18,5	137	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	1,3	0,1	52	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1,8	2,3		28	0,1
2008		БАТОН	13	1,2	0,8	29,6	48	0
2008	433	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	4,7	3,7	9,7	93	0,6
Итого			**386**	**12,7**	**12,8**	**57,9**	**358**	**1,3**
II Завтрак								
		НАПИТОК ФРУКТОВОЕ АССОРТИ	100	0,1		1,7	8	0,7
Итого			**100**	**0,1**		**1,7**	**8**	**0,7**
Обед								
2012	83	СУП С КРУПОЙ С КУРИЦЕЙ	180	4,8	4,2	14,6	116	4,4
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	9,6	3,5	4,7	88	0,4
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,2	4,3	21	135	10,1
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,9	28	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	18,1	46	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	0,7	0,2	4,6	77	0
Итого			**591**	**19,7**	**12,3**	**69,9**	**490**	**14,9**
Уплотненный полдник								
2012	206	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	180	4,6	3,1	28	159	0
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	50	7,6	17,6	5,3	210	0,4
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	23	0,7		1,5	9	0,9
к/к	к/к	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,1		9,2	38	17,5
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1	0,1	6,6	44	0
Итого			**451**	**14**	**20,8**	**50,6**	**460**	**18,8**
Всего				**46,5**	**45,9**	**180,1**	**1316**	**35,7**