Утверждаю

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

МЕНЮ

27 октября 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								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	3,8	6,3	21,7	159	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	1,3	0,1	52	0
2008		БАТОН	32	1,1	0,4	42,3	52	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,6	5	11,2	109	0,8
Итого			**397**	**9,6**	**13**	**75,3**	**372**	**1,2**
II Завтрак								
		НАПИТОК ИЗ ФРУКТОВОЙ СМЕСИ	100			5,4	23	0,6
Итого			**100**			**5,4**	**23**	**0,6**
Обед								
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,3	4	12,9	99	11,3
2008	258	* ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	8,1	15,3	24,5	269	12,3
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	20	0,2		0,3	3	1
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7,2	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,4	0,2	27	49	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	3,7	11,3	22	77	0
Итого			**621**	**15,7**	**30,8**	**93,9**	**526**	**24,6**
Уплотненный полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14	13,9	2,4	191	0,2
2008	00	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,6	2,7	2,3	36	2,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	2,4	0,2	16,2	69	0
Итого			**383**	**17,1**	**16,8**	**28,7**	**327**	**2,3**
Всего				**42,4**	**60,6**	**203,3**	**1248**	**28,7**