Утверждаю

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

МЕНЮ

16 января 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,6	5,4	19,3	145	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	1,3	0,1	52	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,7	2,1		26	0
2008		БАТОН	22	1,2	0,8	42,3	48	0
2008	434	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	3,8	3	9,7	81	0,5
Итого			**394**	**11,4**	**12,6**	**71,4**	**352**	**1,1**
II Завтрак								
		НАПИТОК ФРУКТОВОЕ АССОРТИ	100			3,6	15	0,5
Итого			**100**			**3,6**	**15**	**0,5**
Обед								
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	1,7	1,9	10,8	69	5,1
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	11,8	3,7	2,9	106	8,6
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	130	2,4	2,2	25,6	132	0
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	15	0,5		1,1	6	0,7
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	16,3	43	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	3,7	11,3	22	77	0
Итого			**591**	**21,2**	**19,2**	**84,7**	**457**	**14,4**
Уплотненный полдник								
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР ЗАПЕЧЕННЫЕ	60	12,2	11,6	3,9	169	1,4
2012	321	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	150	2,9	3,6	23,4	138	11,8
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	15	0,1		0,2	2	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,4	30	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	2,6	0,1	13,3	67	0
Итого			**423**	**17,9**	**15,3**	**48,2**	**406**	**13,9**
Всего				**50,5**	**47,1**	**207,9**	**1230**	**29,9**