Утверждаю

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

МЕНЮ

7 июля 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	3,5	5,5	15,5	126	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	1,3	0,1	52	0
2008		БАТОН	26	1,1	0,4	42,3	52	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	6,2	6,8	14,6	146	1,1
Итого			**391**	**10,9**	**14**	**72,5**	**376**	**1,5**
II Завтрак								
		СОК	100					0
Итого			**100**					**0**
Обед								
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,4	3,4	12,3	90	12,7
2008	259	ГУЛЯШ	60	5,7	14	2,9	161	0,4
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	130	2,6	2,2	27,7	141	0
		НАПИТОК ИЗ ФРУКТОВОЙ СМЕСИ	180	0,1		10,4	44	1,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,1	0,2	21,8	40	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	3,7	11,3	22	77	0
Итого			**589**	**15,6**	**31,1**	**97,1**	**553**	**14,2**
Уплотненный полдник								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,3	5,3	19,7	140	9,3
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	24	0,2		0,4	3	1,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,6	35	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,9	0,2	13,1	56	0
Итого			**373**	**5,5**	**5,5**	**41,8**	**234**	**10,5**
Всего				**32**	**50,6**	**211,4**	**1163**	**26,2**