Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №15"" ул. Чернышевского,5А
_____ /Рыбчинская Т.Ф./

МЕНЮ

22 октября 2026 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2011	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ	180	4,4	4,5	21,8	143	0,6
2011	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,1	0,1	37	0
2011	6	ПОВИДЛО	8			5	20	0
2011	1	БАТОН НАРЕЗНОЙ	28	1,5	0,9	12,1	60	0
2011	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,7	2,8	10,2	78	0,5
Итого			**401**	**8,7**	**12,3**	**49,2**	**338**	**1,1**
II Завтрак								
2008	437	СОК	100	0,1		13,1	55	0
Итого			**100**	**0,1**		**13,1**	**55**	**0**
Обед								
2011	74/76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,2	3,4	15,6	99	5,6
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50	7,3	12,8	1,6	149	0,2
2004	108	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	130	10,3	3,9	21,5	107	0
2011	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	33	0
2011	20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 СОРТ	21	1,7	0,2	20	48	0
2011	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,6	7,9	15,3	54	0
Итого			**592**	**24,1**	**28,2**	**82,1**	**490**	**5,8**
Уплотненный полдник								
		РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИНЫМ ФИЛЕ	180	9,8	5,2	18,3	159	17,8
2008		ВАФЛИ	27	1,4	6	18,7	133	0
2011	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,3	30	0
2011	20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 СОРТ	21	1,7	0,2	20	48	0
Итого			**408**	**13**	**11,4**	**64,3**	**370**	**17,8**
Всего				**45,9**	**51,9**	**208,7**	**1253**	**24,7**

_____ Белова Т.А., Загоруйко Л.В.