Утверждаю

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

МЕНЮ
4 марта 2025 г.

Ясли 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	7,2	11,1	1,2	133	0,1
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	1,3	0,1	52	0
2008		БАТОН	30	1,1	0,4	42,3	52	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,4	3,5	9,8	85	0,5
Итого			**315**	**11,8**	**16,3**	**53,4**	**322**	**0,6**
II Завтрак								
		СНЕЖОК	120					0
Итого			**120**					**0**
Обед								
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150	2,7	3,8	17,1	114	14,7
2008	258	* ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	7,1	14,4	17,4	230	8,9
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,3	29	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,7	11,3	22	77	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,3	0,2	24,5	45	0
Итого			**518**	**14,8**	**29,7**	**88,3**	**495**	**23,6**
Уплотненный полдник								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	1,7	3,5	10,5	80	0,2
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,9	14,6	81	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,4	30	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	2,3	0,2	15,7	67	0
Итого			**343**	**5,6**	**5,6**	**48,2**	**258**	**0,2**
Всего				**32,2**	**51,6**	**189,9**	**1075**	**24,4**

Утверждаю

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

МЕНЮ

4 марта 2025 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	8,3	11,6	1,3	143	0,1
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	1,8	0,1	73	0
2008		БАТОН	30	1,1	0,4	42,3	52	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	3,9	10	90	0,6
Итого			**367**	**13,1**	**17,7**	**53,7**	**358**	**0,7**
II Завтрак								
		СНЕЖОК	120					0
Итого			**120**					**0**
Обед								
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	3,1	3,3	19,8	123	16,1
2008	258	* ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	8,5	16,6	20,8	267	10,5
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,7	11,3	22	77	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,3	0,2	25,3	46	0
Итого			**608**	**16,6**	**31,4**	**95,7**	**544**	**26,6**
Уплотненный полдник								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	2,9	5,9	18,1	137	0,4
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,9	14,6	81	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,5	35	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	2,2	0,2	15,1	65	0
Итого			**402**	**6,7**	**8**	**56,3**	**318**	**0,4**
Всего				**36,4**	**57,1**	**205,7**	**1220**	**27,7**