Утверждаю

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

МЕНЮ

7 октября 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								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	3,9	4,6	17,1	127	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	1,3	0,1	52	0
2008		БАТОН	16	1,2	0,8	29,6	48	0
2008	433	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,7	2,8	7,6	67	0,5
Итого			**381**	**7,9**	**9,5**	**54,4**	**294**	**0,9**
II Завтрак								
		СНЕЖОК	100					0
Итого			**100**					**0**
Обед								
2012	83	СУП С КРУПОЙ С МЯСОМ	180	4,1	5,1	15,4	122	4
2004	135	КОТЛЕТА РЫБНАЯ "ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ"	50	8	5,1	5	96	0,5
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	3	19,4	116	9,5
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7,2	29	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,5	0,1	19,2	49	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	0,7	0,2	4,6	77	0
Итого			**586**	**17**	**13,5**	**70,8**	**489**	**14**
Уплотненный полдник								
2012	206	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ЗАПЕЧЕНЫЕ С СЫРОМ	180	6,6	4,8	29,6	189	0
2008	00	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	20	0,4	2,1	1,8	28	1,6
к/к	к/к	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,1	0,1	9,7	40	20
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,1	0,1	7,1	47	0
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	110	0,6	0,6	13,6	65	13,8
Итого			**509**	**8,8**	**7,7**	**61,8**	**369**	**35,4**
Всего				**33,7**	**30,7**	**187**	**1152**	**50,3**