Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад №15" ул.Кольцевая 49

_____ /Рыбчинская Т.Ф./

МЕНЮ

31 июля 2026 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,1	6,3	20,4	161	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	1,3	0,1	52	0
008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1,9	2,4		30	0,1
2008		БАТОН	32	1,2	0,8	42,3	48	0
2008	434	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	3,4	3,6	9	83	0,6
Итого			**405**	**11,7**	**14,4**	**71,8**	**374**	**1,3**
II Завтрак								
		НАПИТОК ИЗ ФРУКТОВОЙ СМЕСИ	100	0,1		5,3	23	0,6
Итого			**100**	**0,1**		**5,3**	**23**	**0,6**
Обед								
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	2,3	4,2	13,7	102	6,6
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	10,6	3,8	4,1	105	7,6
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,4	4,2	23,7	147	11,6
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			4,9	20	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,7	0,2	23,9	63	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	3,7	11,3	22	77	0
Итого			**594**	**21,7**	**23,7**	**92,3**	**514**	**25,8**
Уплотненный полдник								
		КОТЛЕТА МЯСНАЯ С СОУСОМ	60/10	6,3	14,7	3,1	170	0,4
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,3	2,2	34,9	173	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,9	24	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,6	0,1	13,3	67	0
Итого			**406**	**12,3**	**17**	**57,2**	**434**	**0,4**
Всего				**45,8**	**55,1**	**226,6**	**1345**	**28,1**