Утверждаю

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

МЕНЮ

6 октября 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	190	КАША "ДРУЖБА"	180	3,6	6,1	20,1	150	0,4
2008	13	ПОВИДЛО	9			5,6	23	0
2008		БАТОН	20	1,5	1	49,4	58	0
2012	396	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,7	2,8	8,3	71	0,4
Итого			**389**	**7,8**	**9,9**	**83,4**	**302**	**0,8**
II Завтрак								
		НАПИТОК ФРУКТОВОЕ АССОРТИ	100			3,6	16	0,6
Итого			**100**			**3,6**	**16**	**0,6**
Обед								
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	180	2,8	3,3	14,4	100	13,8
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ*	50	9,3	8	2,1	117	0,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,8	2,9	23,6	140	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,6	27	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	2,1	0,2	27	62	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	3,7	11,3	22	77	0
Итого			**582**	**22,7**	**25,7**	**95,7**	**523**	**14,2**
Уплотненный полдник								
2008	238	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	70	9,5	4,3	0,8	80	0,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	4,1	5,3	22,6	157	0
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,8	14,3	80	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			6,7	27	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,2	0,1	7,9	37	0
Итого			**418**	**16,3**	**11,5**	**52,3**	**381**	**0,4**
Всего				**46,8**	**47,1**	**235**	**1222**	**16**