Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад №15" ул.Кольцевая 49

_____ /Рыбчинская Т.Ф./

МЕНЮ

8 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								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,7	5,4	18,3	142	0,5
2008	13	ПОВИДЛО	10			6,4	26	0
2008		БАТОН	16	1,2	0,8	29,6	48	0
2008	433	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	3,3	3,5	7,8	76	0,6
Итого			**386**	**9,2**	**9,7**	**62,1**	**292**	**1,1**
II Завтрак								
		НАПИТОК ФРУКТОВОЕ АССОРТИ	100	0,1		6,2	26	0,6
Итого			**100**	**0,1**		**6,2**	**26**	**0,6**
Обед								
2012	83	СУП С КРУПОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,1	1,5	14,3	79	4,2
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	9,5	2	5,4	78	0,3
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3	4,6	21	138	10,2
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6	24	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	0,2	20,8	53	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	0,7	0,2	4,6	77	0
Итого			**607**	**16,9**	**8,5**	**72,1**	**449**	**14,7**
Уплотненный полдник								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	180	7	12,6	16,1	206	10,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180			7,1	29	0,4
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,2	0,1	7,7	51	0
Итого			**381**	**8,2**	**12,7**	**30,9**	**286**	**10,9**
Всего				**34,4**	**30,9**	**171,3**	**1053**	**27,3**