



Утверждаю

Бриго заведующей
детский сад №15
/Захаревич Т. Е./

МЕНЮ
5 ноября 2025 г.

Сад

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2011	15/4	КАША ПШЕНИЧНАЯ	150	3,37	2,79	22,68	129,14	0,00
	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,15	0,00	7,24	29,52	0,00
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,28	0,33	37,69	166,88	0,00
Итого			380	11,90	7,72	67,91	388,54	0,00
II Завтрак								
	12	СОК	101	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			101	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2011	10/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТ.МАСЛОМ	50	0,71	4,06	6,79	67,17	1,12
2011	14/2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	155	1,20	3,94	6,90	68,23	5,34
	6/8	РАГУ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ГОВЯДИНЫ	150	11,86	12,44	11,36	204,99	5,40
	6/10	КОМПЛОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
Итого			585	16,98	20,87	50,45	458,66	11,86
Полдник								
2011	36/3	ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ	150	3,58	5,17	24,93	161,97	3,16
2011	10/10	ЧАЙ	180	0,35	0,00	6,84	28,76	0,07
	20	СОУС ПОВИДЛО	38	0,15	0,00	24,16	97,22	0,00
	15	ВАФЛИ	50	1,36	1,60	37,49	171,69	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,28	0,33	37,69	166,08	0,00
Итого			458	6,72	7,10	131,11	626,52	3,31
Всего				38,10	35,79	259,37	1 516,72	17,17

Дж