

Утверждаю

Врио заведующей

МДОУ детский сад №15

Захаревич Т.Е./

МЕНЮ

30 января 2026 г.

Сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2011	2/6	ОМЛЕТ ЗАПЕЧЕННЫЙ (ПАРОВОЙ)	100	9,28	14,37	0,57	168,71	0,00
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,16	0,00	7,23	29,51	0,00
2012	11	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ ИЛИ ДЖЕМОМ	85	5,16	0,51	72,69	315,96	0,04
Итого			335	14,60	14,88	80,49	514,18	0,04
II Завтрак								
	12	СОК	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2011	32/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	50	0,82	4,98	4,87	67,56	2,55
2011	8/2	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (ВЕГИТАРИАНСКИЕ) СО СМЕТАНОЙ С КУРОЙ	135	5,27	5,87	5,51	96,67	9,06
2011	35/8	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	85	17,86	7,09	0,14	155,16	11,90
2011	1/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ (для подачи к блюду)	45	0,01	1,60	0,41	16,04	0,00
2011	45/3	РИС ОТВАРНОЙ РАССЫПЧАТЫЙ	110	2,65	2,76	27,89	146,99	0,00
	19	ВИТАМИННЫЙ НАПИТОК ВАЛЕТЕК	180	0,00	0,00	4,37	17,44	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	82	5,25	0,70	33,62	161,74	0,00
Итого			687	31,86	23,00	76,81	661,60	23,51
Полдник								
2011	5/4	КАША МАННАЯ	150	2,42	2,64	18,39	106,10	0,00
	16	ПРЯНИКИ	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,00
2011	10/10	ЧАЙ	180	0,35	0,00	6,83	28,71	0,07
2011	9	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	61	5,07	0,51	58,33	258,19	0,00
Итого			441	10,79	5,50	121,05	576,00	0,07
Всего				57,75	43,48	288,25	1 794,78	25,62

