

Утверждаю

Врио заведующего

МАДОУ детский сад №15

Захаревич Т.Е./

# МЕНЮ

12 марта 2026 г.

Сад



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,35	0,00	6,82	28,68	0,07
2011	11/4	КАША ПШЕННАЯ	150	3,37	3,20	22,45	131,94	0,00
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40	3,25	0,32	50,39	217,42	0,04
Итого			370	6,97	3,52	79,66	378,04	0,11
<b>II Завтрак</b>								
	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
<b>Обед</b>								
2011	13/1	САЛАТ ИЗ ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ	50	0,51	3,23	4,39	49,18	0,82
2011	5/2	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	160	1,44	4,05	9,95	82,24	4,36
2001	184	СУФЛЕ ИЗ КУРЫ С РИСОМ	70	18,70	21,56	3,55	283,02	0,70
2011	8/3	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР (КАПУСТА ТУШ., КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ)	145	3,05	3,06	14,24	98,12	25,04
2011	38	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	13,07	52,25	12,40
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
Итого			655	26,91	32,33	65,76	663,73	43,32
<b>Полдник</b>								
2011	13/5	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	160	21,68	21,53	19,29	362,42	0,97
2011	2/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	40	0,01	1,28	3,88	27,11	0,00
2011	10/10	ЧАЙ	180	0,35	0,00	6,82	28,68	0,07
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	3,16	0,32	36,38	161,04	0,00
Итого			418	25,20	23,13	66,37	579,25	1,04
Всего				59,58	59,08	221,69	1 664,02	46,47

*Ю*