МАДОУ детский сад №15

Утверждаю

Врио заведующего
МАДОУ детский сад №15
/Захаревич Т.Е./

# МЕНЮ

**21 мая 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 | 12/10 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 0,35 | 0,00 | 6,84 | 28,72 | 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 | 3,39 | 0,33 | 48,75 | 211,57 | 0,03 |
| **Итого** | | | **370** | **7,11** | **3,53** | **78,04** | **372,23** | **0,10** |
| **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 | 13/1 | САЛАТ ИЗ ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ | 50 | 0,51 | 3,24 | 4,39 | 49,21 | 0,82 |
| 2011 | 5/2 | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | 160 | 1,44 | 4,05 | 9,96 | 82,21 | 4,36 |
| 2011 | 8/9 | СУФЛЕ ИЗ КУРЫ | 70 | 14,81 | 18,78 | 0,14 | 228,89 | 0,58 |
| 2011 | 8/3 | СЛОЖНЫЙ ГАРНИР (КАПУСТА ТУШ., КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ) | 130 | 2,67 | 3,05 | 13,26 | 92,19 | 21,16 |
| 2011 | 36 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | 180 | 0,00 | 0,00 | 13,07 | 52,25 | 13,60 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 98,92 | 0,00 |
| **Итого** | | | **640** | **22,64** | **29,55** | **61,38** | **603,67** | **40,52** |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| 2011 | 13/5 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ | 160 | 21,48 | 21,43 | 19,26 | 360,53 | 0,97 |
| 2011 | 2/11 | СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ | 40 | 0,01 | 1,28 | 3,88 | 27,09 | 0,00 |
| 2011 | 10/10 | ЧАЙ | 180 | 0,35 | 0,00 | 6,84 | 28,72 | 0,07 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,32 | 0,33 | 38,16 | 168,93 | 0,00 |
| **Итого** | | | **420** | **25,16** | **23,04** | **68,14** | **585,27** | **1,04** |
| **Всего** | | | | **55,41** | **56,22** | **217,46** | **1 604,17** | **43,66** |