

Утверждаю

Заведующий

МАДОУ д/с 15 "Дельфиненок"

/Лопушан Анна Анатольевна/

МЕНЮ

3 июля 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность , ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2016	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,2	6,1	23,2	174	0,8
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	3	4,9	20,5	138	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
Итого			425	9,3	11	51,8	344	0,8
II Завтрак								
2016	418	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	0,5	0,1	9,8	42	0,8
Итого			100	0,5	0,1	9,8	42	0,8
Обед								
2012	58	СВЕКОЛЬНИК	200	3,7	4	22	146	12,1
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	85	11,7	28,5	13,4	365	17
2012	316	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	125	2,9	3,5	30,2	165	0,8
2016	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (СОЛЕННЫЕ)	89	0,7	0,1	1,9	11	3,3
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,6	61	0
2008	147	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,3	49	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			10,1	40	0
Итого			750	22,6	36,5	100,5	837	33,2
Полдник								
		кондитерское изделие	33	0,9	1,1	25,3	116	0
2016	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	183	5,1	4,5	8,5	96	1
Итого			216	6	5,6	33,8	212	1
Ужин								
2016	243	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ	165	27	17,2	29,3	383	0,2
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	40	2,8	3,3	21,5	127	0,2
2008	147	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,3	49	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
2016	376	КИСЕЛЬ	180			15,4	62	0
Итого			426	32,7	20,8	85	662	0,4
Всего				71,1	74	280,9	2097	36,2

Диет. сестра

Петросян Марина Артушовна