

Утверждаю

Заведующий

МАДОУ д/с 15 "Дельфиненок"

Полушан Анна Анатольевна/

МЕНЮ
1 августа 2025 г.
Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2016	251	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130/30	25,5	17,8	36,1	396	0,5
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	3,1	6,3	20,9	153	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,7	3	14	99	0,6
Итого			385	32,3	27,1	71	648	1,1
II Завтрак								
2016	386	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,4	0,4	9,7	46	9,9
Итого			100	0,4	0,4	9,7	46	9,9
Обед								
2016	89	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/25	6	5,2	13,3	123	7,9
2016	339	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	145	3,9	5,6	27,5	177	13,4
2016	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	50/30	13	10,5	3,1	174	9,1
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	65	0,8	2,1	5	44	5,9
2008	147	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,5	0,1	9,8	46	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,8	0,2	11,8	57	0
2016	418	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	178	0,9	0,2	17,5	74	1,4
Итого			720	27,9	23,9	88	695	37,7
Полдник								
		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	21	1,6	2	15,5	87	0
2016	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	185	5,2	4,5	8,6	97	1
Итого			206	6,8	6,5	24,1	184	1
Ужин								
2016	354	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	175	4,4	3,5	13,1	105	39,1
2016	236	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)	50	11,3	9,6	0,9	136	0,4
2008	147	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,5	0,1	9,8	46	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,2	0,2	7,9	38	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			14,4	58	0
Итого			463	18,4	13,4	46,1	383	39,5
Всего				85,8	71,3	238,9	1956	89,2

Диет. сестра

Петросян Марина Артушовна