

Утверждаю

Заведующий
МАДОУ д/с 15 "Дельфиненок"
(Лопушан Анна Анатольевна)

МЕНЮ

28 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	199	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,3	5,9	22,9	171	0,8
2016	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	5,9	8,9	20,6	187	0,1
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,7	3	15,2	104	0,6
Итого			440	15,9	17,8	58,7	462	1,5
II Завтрак								
2016	386	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	105	0,4	0,4	10,1	48	10,3
Итого			105	0,4	0,4	10,1	48	10,3
Обед								
2012	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180/22	11	7,2	19,5	187	5,6
2016	266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	210	19,3	24,8	34	436	2,1
2016	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (СОЛЕННЫЕ)	70	0,7	0,1	2,4	15	6,5
2012	115	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО	15	1,5	0,1	9,7	46	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,1	0,3	13,2	63	0
2016	390	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	16,3	68	1,6
Итого			708	34,8	32,7	95,1	815	15,8
Полдник								
		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	38	1,1	1,3	29,6	136	0
2016	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	186	5,2	4,6	8,6	98	1
Итого			224	6,3	5,9	38,2	234	1
Ужин								
2016	219	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5,8	3,7	37,2	206	0
2016	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	85/40	22,1	11,8	5,2	215	3,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
2008	147	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2016	411	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0,1		5,2	21	0
Итого			515	30,8	15,8	66,1	530	3,2
Всего				88,2	72,6	268,2	2089	31,8

Диет. сестра

Петросян Марина Артушовна