

Утверждаю

Заведующий

МАДОУ д/с 15 "Дельфиненок"

/Попушан Анна Анатольевна/

МЕНЮ

28 июля 2025 г.

Если 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	150	2,8	3,3	15,4	104,9	0,6
2016	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25	1,6	5,4	7,8	91,2	0,1
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	185	4,1	3,3	10,3	89	0,6
Итого			395	8,5	12	33,5	285	1,3
II Завтрак								
2016	386	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	95	0,4	0,4	9,5	46	9,7
Итого			95	0,4	0,4	9,5	46	9,7
Обед								
2012	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180/20	11,8	9	23,9	223	18,2
2016	266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	160	10,4	15,6	22,5	302,8	1,7
2016	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (СОЛЕННЫЕ)	40	0,4	0,1	1,5	9	4
2012	115	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО	15	1,5	0,1	9,7	46	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
2016	390	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	12,6	53	1,2
Итого			600	25,5	25,1	78,7	674	25,1
		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	10	0,3	0,3	7,7	35	0
2016	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	175	4,9	4,3	8,1	92	0,9
Итого			185	5,2	4,6	15,8	127	0,9
Ужин								
2016	219	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	2,1	3,1	22,3	117,1	0
2016	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	55/15	13,7	7,5	8,8	159	3
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
2008	147	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,5	36	0
2016	414	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0,1		5,1	21	0
Итого			395	18,3	10,9	52,2	374	3
Всего				57,9	53	189,7	1507	40

Диет. сестра

Петросян Марина Артушовна