



МЕНЮ
31 июля 2025 г.
Если 12 часов

Заведующий
МАДОУ № 15 "Дельфиненок"
Получила Анна Анатольевна/

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	150	4,5	4,8	20,8	147	0,5
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	15	0,8	3,3	5,1	53	0
2016	413	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	5	3,3	20,9	134	0,9
Итого			345	10,3	11,4	46,8	334	1,4
II Завтрак								
2016	418	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	124	0,6	0,1	12,1	52	1
Итого			124	0,6	0,1	12,1	52	1
Обед								
2012	58	СВЕКОЛЬНИК	180	3	1,9	18,7	103	9,9
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	60	9,2	16,4	8,6	212	11,6
2012	316	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	110	2,5	3,2	25,6	142	0,6
2016	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (СОЛЕННЫЕ)	40	0,3		1	6	1,6
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,2	78	0
2008	147	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	5	0,4		2,7	13	0
2016	390	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	4,2	19	1,4
Итого			583	18	21,9	77	573	25,1
Полдник								
2016	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	191	5,3	4,7	8,9	100	1
2012	467	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,1	4,4	30,5	179	0
Итого			241	9,4	9,1	39,4	279	1
Ужин								
2012	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	12,6	18,4	2,6	227	0,2
2012	136	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	20	0,6		1,3	8	0,8
2008	147	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	5	0,4		2,7	13	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,9	0,3	12,3	59	0
2016	376	КИСЕЛЬ	180			13,4	53	0
Итого			374	15,5	18,7	32,3	360	1
Всего				53,8	61,2	207,6	1598	29,5

Диет. сестра _____ Петросян Марина Артушовна