

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ
МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД №16»
_____/ГЕРАСИМОВА М. В./

МЕНЮ
2 сентября 2026 г.

Сад

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								
2008	225	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С РИСОМ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	130/25	14,08	12,85	25,91	288,78	0,23
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ СЛАДКИЙ	195/8	3,97	4,25	13,66	109,71	0,71
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10	2,90	9,55	19,61	176,14	0,00
Итого			408	20,95	26,65	59,18	574,63	0,94
II Завтрак								
2012	399	СОК	107	0,52	0,11	10,50	44,69	0,86
Итого			107	0,52	0,11	10,50	44,69	0,86
Обед								
2012	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ КУРИНЫЙ	200	2,77	4,09	11,75	95,33	5,73
2012	282	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	45	8,00	11,02	5,79	154,47	0,60
2012	103	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	115	7,94	3,02	16,60	125,52	0,00
2008	402	КОМПОТ ЯБЛОЧНЫЙ	230	0,13	0,13	8,75	37,36	1,26
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,56	0,34	16,40	78,91	0,00
Итого			629	21,40	18,60	59,29	491,59	7,59
Полдник								
2008	451	ПИРОГ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	7,24	9,39	25,71	216,86	10,32
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ	170	0,07	0,00	7,77	31,61	0,24
Итого			245	7,31	9,39	33,48	248,47	10,56
Ужин								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,04	7,97	20,16	177,36	0,71
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	0,08	0,00	7,03	28,40	0,02
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,85	1,10	19,53	99,56	0,00
Итого			438	8,97	9,07	46,72	305,32	0,73
Всего				59,15	63,82	209,17	1 664,70	20,68