

Утверждаю

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

МЕНЮ

4 июня 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								
2012	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/30	9,58	10,82	6,65	162,99	1,68
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	195	4,06	4,38	13,25	109,73	0,71
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	35/10/8	4,72	11,37	19,52	199,88	0,02
Итого			418	18,36	26,57	39,42	472,60	2,41
II Завтрак								
2012	399	СОК	102	0,49	0,10	9,98	42,49	0,82
Итого			102	0,49	0,10	9,98	42,49	0,82
Обед								
2008	104	СУП ФАСОЛЕВЫЙ НА М/Б	160	7,60	5,39	16,26	145,64	4,79
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	9,52	4,98	3,25	107,09	7,28
2008	323	ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	105	4,49	3,54	20,33	131,02	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	190	0,70	0,04	11,85	51,17	0,22
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	57	3,78	0,50	24,18	116,33	0,00
Итого			582	26,09	14,45	75,87	551,25	12,29
Полдник								
2008		МАРМЕЛАД	30	0,85	1,00	23,38	107,07	0,00
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	205	0,08	0,00	7,10	28,66	0,02
Итого			235	0,93	1,00	30,48	135,73	0,02
Ужин								
2012	338	ШУКРУТ	155	3,64	2,84	24,09	137,56	17,63
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	205	0,08	0,00	7,20	29,11	0,02
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,84	1,10	19,44	99,08	0,00
Итого			398	6,56	3,94	50,73	265,75	17,65
Всего				52,43	46,06	206,48	1 467,82	33,19