

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 апреля 2026 г.

Ясли

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	184	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	180	7,05	8,60	28,08	218,98	0,73
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	175	4,22	4,52	12,70	109,62	0,73
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	30/10	2,34	8,80	15,76	151,72	0,00
Итого			395	13,61	21,92	56,54	480,32	1,46
II Завтрак								
2008		МАНДАРИН	101	0,81	0,20	7,59	38,46	38,46
Итого			101	0,81	0,20	7,59	38,46	38,46
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	80	1,10	2,80	6,45	55,21	3,02
2012	66	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ КУРИНЫЙ	180	3,38	5,23	8,63	95,43	4,36
2008	304	ЕЖИКИ КУРИНЫЕ В ТОМАТНО-СМЕТАННОМ СОУСЕ	105/30	11,85	12,19	28,39	276,25	2,58
2008	402	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	135	0,47	0,03	8,81	37,73	0,15
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,57	0,34	16,45	79,14	0,00
Итого			569	19,37	20,59	68,73	543,76	10,11
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА СЛАДКАЯ	60	3,72	6,57	20,39	155,48	0,09
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	185	0,08	0,00	6,36	25,73	0,02
Итого			245	3,80	6,57	26,75	181,21	0,11
Ужин								
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	185	5,42	4,48	9,01	99,87	31,38
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,88	15,68	79,91	0,00
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	185	0,08	0,00	6,46	26,12	0,02
Итого			400	7,79	5,36	31,15	205,90	31,40
Всего				45,38	54,64	190,76	1 449,65	81,54