

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ
МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД №16»
_____ /ГЕРАСИМОВА М. В./**МЕНЮ**
10 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								
2008	225	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	160/30	23,42	18,88	17,82	354,85	0,49
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ СЛАДКИЙ	190/8	3,89	4,16	13,55	108,30	0,70
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10	2,99	8,96	20,23	173,57	0,00
Итого			438	30,30	32,00	51,60	636,72	1,19
II Завтрак								
2012	399	СОК	104	0,50	0,10	10,16	43,24	0,83
Итого			104	0,50	0,10	10,16	43,24	0,83
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	55	1,10	3,00	5,92	55,91	25,06
2012	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ КУРИНЫЙ	200	4,59	5,95	9,20	109,07	4,63
2012	282	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	85	15,06	16,98	6,26	238,30	1,03
2012	103	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	115	7,72	2,76	16,14	120,50	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	210	0,53	0,03	10,08	43,17	0,17
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,47	0,33	15,84	76,22	0,00
Итого			702	31,47	29,05	63,44	643,17	30,89
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	31	2,33	3,04	23,09	129,39	0,00
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ	190	0,08	0,00	8,15	33,23	0,33
Итого			221	2,41	3,04	31,24	162,62	0,33
Ужин								
2008	290	ПЕЧЕНОЧНЫЕ ОЛАДЬИ	75	7,75	6,41	16,72	161,06	3,73
2012	205	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100	4,10	2,26	26,28	141,87	0,00
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	0,08	0,00	6,94	28,05	0,02
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,94	1,14	20,15	102,70	0,00
Итого			414	14,87	9,81	70,09	433,68	3,75
Всего				79,55	74,00	226,53	1 919,43	36,99