

Утверждаю

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

МЕНЮ
17 сентября 2025 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 ПЕЧЕНЬЕМ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	135/25	18,28	15,89	24,13	327,98	0,43
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ СЛАДКИЙ	195/8	4,34	4,61	14,09	116,28	0,77
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10	2,88	9,34	19,45	173,55	0,00
Итого			413	25,50	29,84	57,67	617,81	1,20
II Завтрак								
2008		ГРУША	145	0,58	0,44	14,94	68,15	7,25
Итого			145	0,58	0,44	14,94	68,15	7,25
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	50	1,09	2,95	5,94	55,43	9,10
2012	62	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	2,81	4,96	14,41	120,03	12,44
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	60	11,00	13,44	5,87	188,42	0,49
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	185	3,90	3,93	26,54	157,71	12,92
2008	402	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	215	0,82	0,05	12,93	56,13	0,26
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,86	0,38	18,34	88,25	0,00
Итого			753	22,48	25,71	84,03	665,97	35,21
Полдник								
2012	449	БЛИНЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	60/25	6,99	8,43	42,08	272,17	0,24
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	195	0,08	0,00	6,67	26,99	0,02
Итого			280	7,07	8,43	48,75	299,16	0,26
Ужин								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	205	7,49	7,39	29,09	213,80	0,77
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,16	0,83	14,78	75,33	0,00
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	0,08	0,00	6,94	28,05	0,02
Итого			434	9,73	8,22	50,81	317,18	0,79
Всего				65,36	72,64	256,20	1 968,27	44,71