

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 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								
2012	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/30	9,66	10,90	6,86	164,91	1,76
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,51	4,83	13,73	117,76	0,78
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	30/10/10	4,46	11,85	15,73	188,12	0,03
Итого			420	18,63	27,58	36,32	470,79	2,57
II Завтрак								
2012	399	СОК	104	0,50	0,10	10,19	43,38	0,83
Итого			104	0,50	0,10	10,19	43,38	0,83
Обед								
2008	104	СУП ФАСОЛЕВЫЙ НА М/Б	215	8,27	5,23	20,15	163,00	6,71
2012	343	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	220	9,73	6,40	28,00	210,31	30,29
2008	402	КОМПОТ ГРУШЕВЫЙ	170	0,05	0,04	6,94	28,44	0,23
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,87	0,38	18,35	88,28	0,00
Итого			648	20,92	12,05	73,44	490,03	37,23
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	41	3,06	3,99	30,32	169,91	0,00
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	0,08	0,00	6,95	28,11	0,02
Итого			241	3,14	3,99	37,27	198,02	0,02
Ужин								
2008	323	ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	195	7,34	6,00	38,12	235,51	0,00
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,80	0,70	12,34	62,88	0,00
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	205	0,08	0,00	7,05	28,48	0,02
Итого			424	9,22	6,70	57,51	326,87	0,02
Всего				52,41	50,42	214,73	1 529,09	40,67