

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 июня 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	190	КАША "ДРУЖБА"	175	6,35	9,48	28,61	226,15	0,70
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	30/10	2,20	9,91	14,74	156,95	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ СЛАДКИЙ	165/8	3,85	4,14	12,90	105,34	0,70
Итого			388	12,40	23,53	56,25	488,44	1,40
II Завтрак								
2012	399	СОК	108	0,52	0,11	10,61	45,16	0,87
Итого			108	0,52	0,11	10,61	45,16	0,87
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	35	0,72	3,15	4,26	48,68	7,02
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	5,82	6,26	8,73	114,69	4,37
2012	251	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	160	10,14	5,72	2,20	101,24	0,34
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ С ИЗЮМОМ	200	0,25	0,05	11,88	50,27	0,88
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,63	0,35	16,81	80,88	0,00
Итого			635	19,56	15,53	43,88	395,76	12,61
Полдник								
2008	451	БУЛОЧКА ЛИМОННАЯ	60	3,73	6,02	24,32	166,46	0,25
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	190	0,08	0,00	6,50	26,35	0,02
Итого			250	3,81	6,02	30,82	192,81	0,27
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	155	3,14	6,39	18,60	145,25	10,54
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,14	0,83	14,65	74,67	0,00
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	185	0,08	0,00	6,46	26,12	0,02
Итого			368	5,36	7,22	39,71	246,04	10,56
Всего				41,65	52,41	181,27	1 368,21	25,71