

Утверждаю

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

МЕНЮ
28 ноября 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	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	6,83	8,98	23,08	201,46	0,76
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ СЛАДКИЙ	180/8	4,09	4,27	14,32	113,12	0,72
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	45/10	2,96	11,57	19,94	195,88	0,00
Итого			443	13,88	24,82	57,34	510,46	1,48
II Завтрак								
2012	399	СОК	110	0,53	0,11	10,78	45,88	0,88
Итого			110	0,53	0,11	10,78	45,88	0,88
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	1,16	3,09	5,84	56,69	10,61
2008	98	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ	200	9,04	6,60	19,97	175,98	4,91
2008	243	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	85	14,15	7,78	6,09	151,25	0,50
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	165	3,22	6,32	25,95	173,88	13,10
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,19	0,02	10,58	47,05	3,56
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,42	0,46	21,92	105,47	0,00
Итого			762	31,18	24,27	90,35	710,32	32,68
Полдник								
2008		КРЕКЕР	49	3,65	4,64	36,06	200,79	0,00
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	205	0,08	0,00	7,04	28,43	0,02
Итого			254	3,73	4,64	43,10	229,22	0,02
Ужин								
2012	93	ВЕРМИШЕЛЬ В МОЛОКЕ СЛАДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	190	6,60	7,00	25,61	192,86	0,72
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	205	0,08	0,00	7,13	28,83	0,02
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,90	1,12	19,84	101,13	0,00
Итого			434	9,58	8,12	52,58	322,82	0,74
Всего				58,90	61,96	254,15	1 818,70	35,80