

Утверждаю

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

МЕНЮ
31 августа 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	189	КАША МАННАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	200	3,77	4,02	28,72	165,43	0,07
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	35/10	2,81	9,12	19,01	169,52	0,00
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	195	0,08	0,00	6,73	27,22	0,02
Итого			440	6,66	13,14	54,46	362,17	0,09
II Завтрак								
2012	399	СОК	107	0,52	0,11	10,50	44,69	0,86
Итого			107	0,52	0,11	10,50	44,69	0,86
Обед								
2012	109	БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ГРЕНКАМИ	195	2,48	4,16	3,23	60,32	0,45
2012	277	ГУЛЯШ С КУРОЙ	70	6,90	7,82	1,69	104,88	0,61
2012	205	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	6,36	3,14	40,72	216,74	0,00
2012	375	МОРС ЯГОДНЫЙ	195	0,06	0,02	6,99	29,42	0,70
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,07	0,41	19,68	94,70	0,00
Итого			661	18,87	15,55	72,31	506,06	1,76
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	48	2,81	2,24	35,71	174,29	0,00
2008	435	КЕФИР	119	3,45	2,98	4,76	63,10	0,83
Итого			167	6,26	5,22	40,47	237,39	0,83
Ужин								
2012	343	РАГУ ОВОЩНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	3,44	2,69	18,25	112,27	23,70
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,76	1,07	18,93	96,50	0,00
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	190	0,08	0,00	6,61	26,76	0,02
Итого			407	6,28	3,76	43,79	235,53	23,72
Всего				38,59	37,78	221,53	1 385,84	27,26