

Согласовано

Заведующий

МБДОУ №25

_____/Семина М.С./

МЕНЮ
6 октября 2026 г.

Сад 12 часов

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	6,9	8,8	26,5	213	0,6
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,4	0,9	16,6	85	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,4		40	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,2		8,8	36	0
Итого			415	9,5	14,1	51,9	374	0,6
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	10,6	51	10,8
Итого			100	0,4	0,4	10,6	51	10,8
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ	200	5,3	5,7	13,3	126	0,5
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРОЙ	200	13,3	12,5	23,9	262	22,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		13,1	54	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,8	0,4	18,2	88	0
Итого			640	21,7	18,6	68,5	530	23,3
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	5,5	5,6	33,4	205	0,2
2012	399	СОК	180	0,9	0,2	17,6	75	1,4
Итого			250	6,4	5,8	51	280	1,6
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	10,3	13,1	5	181	0,5
2012		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	40	1	0,1	1,9	12	1,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8	32	0
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,3	0,9	15,6	80	0
Итого			420	13,7	14,1	30,5	305	1,7
Всего				51,7	53	212,5	1540	38
