

Утверждаю



Заведующий
МБДОУ ЦРР-д/с №54 "Малыш"
Сагач С.А./

МЕНЮ

2 марта 2026 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180/20	8,5	8,7	34,7	252	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ к/к	35	2	0,8	13,4	70	0
2008	13	ПОВИДЛО	10					0
Итого			425	10,6	9,5	58	362	0
II Завтрак								
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100			5,4	22	0
Итого			100			5,4	22	0
Обед								
2008	89	РАССОЛЬНИК С МЯСОМ	180/10	4	3	19,2	119	0,5
2012	205	ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ С МАСЛОМ	170/5		4,7		42	0
2008	437	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			9,6	38	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ к/к	25	1,7	0,2	20,4	90	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ к/к	30	1,5	0,2	9,5	46	0
Итого			600	7,2	8,1	58,7	335	0,5
Полдник								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	5,1	7,4	21,9	174	0
2008	442	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180			6,7	27	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ к/к	25	1,7	0,2	20,4	90	0
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	25	1,7	2,3	17,1	96	0
Итого			400	8,5	9,9	66,1	387	0
Всего				26,3	27,5	188,2	1106	0,5