

Утверждаю



Заведующий

МБДОУ "ЦРР-д/с №54 "Малыш"

/Сагач С.А./

МЕНЮ

4 марта 2026 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2011	169	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,5	8,1	26,5	198	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХОРОМ	180	0,1		9,9	40	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №13	8		6,4	0,1	58	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ к/к	35	1,8	0,8	12,3	64	0
Итого			403	7,4	15,3	48,8	360	0
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	2,7	3,3	4,5	57	0
Итого			100	2,7	3,3	4,5	57	0
Обед								
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ №59	180/10	3,2	4,3	16,2	119	0,5
2008	335	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	2,2	4,7	18	123	0
2012	274	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ	70	5,7	15,7	2,3	174	0
2008	441	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			9,6	38	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ к/к	25	1,7	0,2	20,3	90	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ к/к	30	2,2	0,3	14,3	69	0
Итого			615	15	25,2	80,7	613	0,5
Полдник								
2012	189	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ И СЛАДКИМ СОУСОМ	150/30	12,3	8,1	46,6	311	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ к/к	25	1,7	0,2	20,3	90	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ФРУКТОВОЙ СМЕСИ	180			9,6	38	0
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	25	1,7	2,3	17,1	96	0
Итого			410	15,7	10,6	93,6	535	0
Всего				40,8	54,4	227,6	1565	0,5