

Утверждаю



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

# МЕНЮ

5 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ №189	180	4,7	6,5	25,4	177	0
2004	54	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №54	180	2,7	3,2	14,6	97	0
2010	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	35/10	3,5	2,8	12,6	91	0
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>10,9</b>	<b>12,5</b>	<b>52,6</b>	<b>365</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
	62	СНЕЖОК	100					0
<b>Итого</b>			<b>100</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ	180	3,2	4,8	16	121	0
	327	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ №327	130/5	14,6	4,6	30,4	222	0
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	80					0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			9,6	38	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ к/к	25	1,8	0,2	20,7	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ к/к	30	1,7	0,2	11,3	55	0
<b>Итого</b>			<b>630</b>	<b>21,3</b>	<b>9,8</b>	<b>88</b>	<b>528</b>	<b>0</b>
<b>Полдник</b>								
	443	ВАРЕНИКИ ОТВАРНЫЕ СКАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ №443	160/5		3,4		31	0
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	180			6,7	27	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ к/к	25	1,8	0,2	20,7	92	0
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>1,8</b>	<b>3,6</b>	<b>27,4</b>	<b>150</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>34</b>	<b>25,9</b>	<b>168</b>	<b>1043</b>	<b>0</b>