

Утверждаю



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

# МЕНЮ

10 марта 2026 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180/20	8,9	8,4	36,8	259	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40	0
2008	13	ПОВИДЛО	10					0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ к/к	35	2	0,8	13	67	0
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>11</b>	<b>9,2</b>	<b>59,7</b>	<b>366</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ЯГОД СМОРОДИНЫ №437	100			9,6	38	0
<b>Итого</b>			<b>100</b>			<b>9,6</b>	<b>38</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2012	87	СУП РЫБНЫЙ ИЗ КОНСЕРВОВ №87	180	5,2	3,8	17,9	125	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №181	120	4,9	4,9	21,9	151	0
2008	272	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ П/Ф	70					0
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ №349	30	0,4	3,4	2	41	0,5
2008	437	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,6	38	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ к/к	25	1,8	0,2	21,4	95	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ к/к	30	2,1	0,3	13,4	64	0
<b>Итого</b>			<b>635</b>	<b>14,4</b>	<b>12,6</b>	<b>86,2</b>	<b>514</b>	<b>0,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008	346	ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ И МАСЛОМ	160/5		3,6		32	0
2008	442	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180			6,7	27	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ к/к	25	1,8	0,2	21,4	95	0
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>1,8</b>	<b>3,8</b>	<b>28,1</b>	<b>154</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>27,2</b>	<b>25,6</b>	<b>183,6</b>	<b>1072</b>	<b>0,5</b>