ЧДОУ "Детский сад "Кораблик"

МЕНЮ

17 ноября 2026 г.

Дошкольный возраст

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	6	КАША ПШЕНИЧНАЯ	200	6,67	7,11	27,73	202,45	0,00
2010	136	БУЛКА	40	2,56	0,32	15,69	76,10	0,00
2010	142	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	8	0,03	5,41	0,05	49,04	0,00
2010	95	ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	0,10	0,00	11,82	47,64	0,02
Итого			**460**	**9,36**	**12,84**	**55,29**	**375,23**	**0,02**
II Завтрак								
2010	125	ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			**100**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**	**10,00**
Обед								
2010	22	СУП ИТАЛЬЯНСКИЙ	200/20	8,61	4,75	20,03	157,43	6,70
2010	104	ТУШЕНАЯ СВЕКЛА	60	1,16	2,02	9,73	61,64	3,20
2010	37	ЕЖИКИ	170	15,59	19,60	26,97	346,44	0,40
2010	124	ТОМАТНАЯ ПОДЛИВА	50	0,64	2,73	3,45	41,16	0,77
2010	85	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,10	0,10	16,90	69,45	1,00
2010	141	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,73	0,29	17,65	84,34	0,00
2010	140	ХЛЕБ БЕЛЫЙ	15	0,99	0,12	6,09	29,53	0,00
Итого			**755**	**29,82**	**29,61**	**100,82**	**789,99**	**12,07**
Ужин								
2010	51	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	150	22,04	13,18	24,96	310,68	0,24
2010	54	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,76	7,12	6,90	95,31	0,03
2010	89	СНЕЖОК	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**380**	**22,80**	**20,30**	**31,86**	**405,99**	**0,27**
Всего				**62,38**	**63,15**	**197,77**	**1 618,21**	**22,36**