

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ №11 "Ручеек"

/Родионова К.В./

МЕНЮ

11 июля 2025 г.

ясли 10,5 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,41	0,05	1,27	7,09	5,07
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	65	6,36	12,26	1,15	140,38	0,08
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	3,13	0,25	20,57	97,10	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,30	1,83	11,50	72,18	0,39
Итого			285	12,20	14,39	34,49	316,75	5,54
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,37	4,06	19,88	129,37	3,68
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,52	4,56	14,87	116,84	31,99
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	3,13	0,25	20,57	97,10	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,46	0,19	9,33	44,87	0,00
Итого			540	11,48	9,06	74,33	426,88	35,67
Полдник уплотненный								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	60	4,50	5,88	44,64	250,20	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	130	0,65	0,13	12,87	55,90	2,60
Итого			190	5,15	6,01	57,51	306,10	2,60
Всего				28,83	29,46	166,33	1 049,73	43,81