

МЕНЮ

25 июля 2025 г.

Сад 10,5 часов



Заведующий
МБДОУ №11 "Ручеек"
Родионова К.В./

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	0,40	0,05	1,26	7,08	5,06
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	5,23	13,24	0,72	142,95	0,04
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,48	0,20	16,31	76,97	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,23	0,73	13,11	64,07	0,16
Итого			335	9,34	14,22	31,40	291,07	5,26
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,25	4,70	19,39	132,94	3,58
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	2,55	5,17	12,34	107,51	21,85
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,29	45,14	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,62	0,29	23,84	112,49	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,49	0,20	9,54	45,89	0,00
Итого			580	10,91	10,36	76,40	443,97	25,43
Полдник уплотненный								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	60	4,50	5,88	44,64	250,20	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Итого			210	5,25	6,03	59,49	314,70	3,00
Всего				25,50	30,61	167,29	1 049,74	33,69