

Утверждаю

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



МЕНЮ

5 августа 2025 г.

Сад 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	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,06	7,64	24,09	186,21	0,61
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	60	8,88	9,86	31,40	250,87	0,12
Итого			435	13,94	17,50	65,17	475,78	0,73
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	150	1,41	0,16	14,85	70,36	6,45
Итого			150	1,41	0,16	14,85	70,36	6,45
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,10	0,20	3,78	23,89	24,89
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,36	5,74	14,58	120,33	4,64
2008	266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	200	3,71	5,55	37,67	215,64	0,75
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	180	0,25	0,05	23,68	95,96	0,40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,62	0,29	23,84	112,49	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			730	13,03	12,09	116,27	629,50	30,68
Полдник уплотненный								
2002	130	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	90	5,57	7,87	32,87	224,78	0,19
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,72	2,12	15,10	90,96	0,46
Итого			270	8,29	9,99	47,97	315,74	0,65
Всего				36,67	39,74	244,26	1 491,38	38,51