

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

21 августа 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	160	3,93	4,28	13,99	110,98	0,59
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,78	0,14	11,71	55,26	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,32	3,72	7,14	80,32	0,80
Итого			330	10,03	8,14	32,84	246,56	1,39
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	0,56	0,07	1,76	9,88	7,06
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	4,93	2,48	14,47	100,31	7,40
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	120	19,47	19,41	4,85	271,88	1,11
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,23	3,79	26,99	159,09	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,80	0,23	18,40	86,83	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,54	0,21	9,89	47,59	0,00
Итого			710	33,53	26,19	86,04	714,28	15,57
Полдник уплотненный								
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	80	0,83	4,28	5,61	64,94	6,24
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	65	6,11	7,86	1,25	100,32	0,10
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	6,83	27,32	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,78	0,14	11,71	55,26	0,00
Итого			315	8,72	12,28	25,40	247,84	6,34
Всего				52,28	46,61	144,28	1 208,68	23,30