



Утверждаю

Заведующий

МБДОУ №11 "Ручеек"

/Родионова К.В./

МЕНЮ

16 сентября 2025 г.

Сад 12 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	7,63	23,91	185,21	0,62
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,02	0,00	9,76	39,52	0,40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
Итого			415	8,13	7,88	53,74	319,46	1,02
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,39	0,39	9,50	45,55	4,00
Итого			100	0,39	0,39	9,50	45,55	4,00
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	89	0,98	0,18	3,39	21,43	22,32
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,06	5,27	13,75	111,07	4,07
2008	266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	205	3,84	5,39	38,85	219,37	0,78
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	185	0,29	0,06	24,09	97,75	0,46
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,58	0,37	30,11	142,09	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,48	0,20	9,46	45,50	0,00
Итого			761	13,23	11,47	119,65	637,21	27,63
Полдник уплотненный								
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,78	2,18	15,17	92,05	0,47
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ЯБЛОКО (для дежурн. групп)	130	0,52	0,52	12,72	61,02	12,98
Итого			350	3,30	2,70	27,89	153,07	13,45
Всего				25,05	22,44	210,78	1 155,29	46,10

Повар _____

Сагоцкая Н.А.