



Утверждаю

Заведующий

МБДОУ №11 "Ручеек"
Родионова К.В./

МЕНЮ

18 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	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	3,61	3,92	15,89	113,96	0,52
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	148	4,17	3,60	6,91	77,70	0,77
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	65	3,45	4,58	22,51	145,08	0,00
Итого			413	11,23	12,10	45,31	336,74	1,29
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	107	0,42	0,31	10,71	48,88	2,14
Итого			107	0,42	0,31	10,71	48,88	2,14
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	72	0,58	0,07	1,80	10,08	7,20
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	4,98	2,80	14,35	103,08	7,26
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	145	20,62	21,23	5,37	294,80	1,11
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,50	4,82	35,12	206,06	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,79	47,11	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,54	0,21	16,73	78,94	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,43	0,19	9,18	44,19	0,00
Итого			802	35,65	29,32	94,34	784,26	15,57
Полдник уплотненный								
2012	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ	55	1,17	3,44	7,07	64,35	3,60
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	7,91	10,25	1,37	129,49	0,10
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,72	0,14	11,29	53,28	0,00
2008		ЯБЛОКО (для дежурн групп)	130	0,52	0,52	12,75	61,15	13,01
Итого			473	11,32	14,35	42,16	346,97	16,71
Всего				58,62	56,08	192,52	1 516,85	35,71

Повар

Сагоцкая Н.А.