

МЕНЮ

22 сентября 2025 г.

Сад 12 часов



Утверждаю
Заведующий
МБДОУ №11 "Ручеек"
Водимова 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,00	7,84	15,56	153,62	0,56
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	9,72	39,15	0,22
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50	3,53	4,41	23,05	145,99	0,00
Итого			410	8,54	12,25	48,33	338,76	0,78
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	49	0,54	0,10	1,85	11,70	12,19
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	200	2,20	4,90	10,72	96,38	11,64
2012	257	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	75	11,10	2,84	7,55	100,35	0,13
2012	316	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,75	4,90	39,45	216,92	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	152	0,76	0,15	15,00	65,15	3,03
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,09	0,25	20,30	95,81	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,43	0,19	9,13	43,93	0,00
Итого			688	22,87	13,33	104,00	630,24	26,99
Полдник уплотненный								
2012	485	БУЛОЧКА "К ЧАЮ"	50	3,68	3,21	24,44	141,17	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	148	4,15	3,58	6,88	77,36	0,77
2008		ЯБЛОКО (для дежурж. групп)	100	0,40	0,40	9,80	47,02	10,00
Итого			298	8,23	7,19	41,12	265,55	10,77
Всего				39,64	32,77	193,45	1 234,55	38,54

Повар _____

Сагоцкая Н.А.