



Утверждаю

Заведующий

МБДОУ №11 "Ручеек"

Родионова К.В./

МЕНЮ

1 октября 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,83	4,33	16,46	125,01	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,07	2,53	14,15	92,57	0,48
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	85	5,05	4,75	33,05	195,17	0,00
Итого			465	12,95	11,61	63,66	412,75	1,10
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	207	6,24	0,21	8,32	64,48	2,08
Итого			207	6,24	0,21	8,32	64,48	2,08
Обед								
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	200	1,67	5,34	8,19	88,26	9,22
2008	266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	200	18,40	28,19	32,12	455,98	1,32
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,72	46,85	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,77	0,31	24,79	117,02	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,60	0,21	10,22	49,19	0,00
Итого			653	25,44	34,05	87,04	757,30	10,54
Полдник уплотненный								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	105	0,86	2,78	8,82	63,64	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	149	4,20	3,63	6,95	78,26	0,78
2008		ЯБЛОКО <i>(для дежурн. групп)</i>	130	0,52	0,52	12,71	60,96	12,97
Итого			384	5,58	6,93	28,48	202,86	13,75
Всего				50,21	52,80	187,50	1 437,39	27,47

Повар _____

Сагоцкая Н.А.