



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

МЕНЮ

29 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	4,75	4,53	16,06	124,81	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,11	2,56	14,18	93,16	0,48
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	75	4,16	4,47	27,18	165,50	0,00
Итого			455	12,02	11,56	57,42	383,47	1,10
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	180	5,41	0,18	7,21	55,86	1,80
Итого			180	5,41	0,18	7,21	55,86	1,80
Обед								
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	200	1,68	5,28	8,21	87,83	9,22
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	26	0,21	0,03	0,44	3,36	1,29
2008	266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	200	18,19	27,77	32,14	451,34	1,32
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,44	45,74	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,12	0,25	20,49	96,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,16	0,15	7,42	35,69	0,00
Итого			665	24,36	33,48	80,14	720,66	11,83
Полдник уплотненный								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	85	0,89	2,56	8,98	62,24	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
2008		ЯБЛОКО (для дежурн групп)	144	0,58	0,58	14,11	67,69	14,40
Итого			379	5,69	6,78	30,07	208,50	15,18
Всего				47,48	52,00	174,84	1 368,49	29,91

Повар _____

Сагоцкая Н.А.