



# МЕНЮ

11 ноября 2025 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда          | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                             |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                             |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 190                 | КАША "ДРУЖБА"               | 180    | 5,08              | 7,54    | 24,52            | 186,98                                   | 0,61                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ               | 180/15 | 0,01              | 0,00    | 9,72             | 39,12                                    | 0,20                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ              | 39     | 2,94              | 0,24    | 19,35            | 91,34                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                             | 414    | 8,03              | 7,78    | 53,59            | 317,44                                   | 0,81                  |
| II Завтрак                    |                     |                             |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 368                 | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ        | 132    | 0,51              | 0,39    | 13,19            | 60,18                                    | 2,64                  |
| Итого                         |                     |                             | 132    | 0,51              | 0,39    | 13,19            | 60,18                                    | 2,64                  |
| Обед                          |                     |                             |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 76                  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ    | 200    | 2,36              | 5,40    | 15,64            | 121,26                                   | 4,25                  |
| 2012                          | 312                 | КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ       | 90     | 15,77             | 17,83   | 5,40             | 244,77                                   | 0,62                  |
| 2012                          | 321                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ           | 150    | 2,89              | 2,95    | 19,93            | 118,14                                   | 9,71                  |
| 2012                          | 382                 | КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО | 180    | 0,27              | 0,05    | 23,29            | 94,48                                    | 0,43                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ              | 58     | 4,45              | 0,36    | 29,27            | 138,14                                   | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                 | 18     | 1,18              | 0,16    | 7,57             | 36,42                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                             | 696    | 26,92             | 26,75   | 101,10           | 753,21                                   | 15,01                 |
| Полдник уплотненный           |                     |                             |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ  | 180    | 2,77              | 2,14    | 15,31            | 92,22                                    | 0,46                  |
| 2008                          | 467                 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ            | 100    | 6,60              | 12,40   | 55,80            | 360,00                                   | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО (для дежурки ручей)  | 128    | 0,51              | 0,51    | 12,58            | 60,33                                    | 12,84                 |
| Итого                         |                     |                             | 408    | 9,88              | 15,05   | 83,69            | 512,55                                   | 13,30                 |
| Всего                         |                     |                             |        | 45,34             | 49,97   | 251,57           | 1 643,38                                 | 31,76                 |

Повар \_\_\_\_\_

Сагоцкая Н.А.