

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ №11 "Ручеек"

Родионова К.В./

МЕНЮ

21 ноября 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,25	7,21	14,34	139,80	0,42
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,01	0,00	9,71	39,06	0,18
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,63	0,21	17,31	81,70	0,00
Итого			410	6,89	7,42	41,36	260,56	0,60
Обед								
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	200	1,84	5,98	7,78	93,08	10,37
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	24	0,19	0,02	0,40	3,06	1,18
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	140	0,98	4,10	5,49	63,24	1,42
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	5,70	4,68	36,41	210,65	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	14,08	56,29	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	52	3,95	0,32	26,00	122,72	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1,03	0,14	6,57	31,61	0,00
Итого			767	13,69	15,24	96,73	580,65	12,97
Полдник уплотненный								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	63	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,75	2,13	15,20	91,66	0,46
2008		ЯБЛОКО (для дежурн. групп)	100	0,40	0,40	9,80	47,02	10,00
Итого			343	3,15	2,53	25,00	138,68	10,46
Всего				23,73	25,19	163,09	979,89	24,03

Повар _____

Сагоцкая Н.А.