



Утверждаю

Заведующий

МБДОУ №11 "Ручеек"

Родионова К.В./

МЕНЮ

10 декабря 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	4,79	4,38	16,28	124,54	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,10	2,54	14,17	92,95	0,48
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	95	5,63	5,03	36,84	215,23	0,00
Итого			475	13,52	11,95	67,29	432,72	1,10
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	229	6,83	0,23	9,11	70,62	2,28
Итого			229	6,83	0,23	9,11	70,62	2,28
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2,42	2,68	15,31	95,32	5,18
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	3,32	4,64	14,39	114,60	29,46
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	80	10,34	12,52	8,94	189,61	0,58
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,83	47,31	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,17	0,34	27,43	129,46	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,28	0,17	8,20	39,43	0,00
Итого			674	21,53	20,35	86,10	615,73	35,22
Полдник уплотненный								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	1,07	3,20	9,60	71,16	0,01
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	149	4,18	3,61	6,93	77,87	0,77
2008		ЯБЛОКО (для дежурн. групп)	132	0,53	0,53	12,94	62,05	13,20
Итого			361	5,78	7,34	29,47	211,08	13,98
Всего				47,66	39,87	191,97	1 330,15	52,58

Повар _____

Сагоцкая Н.А.