

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ №11 "Ручеек"

Родионова К.В./

МЕНЮ

24 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	4,72	4,37	15,97	122,88	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,94	2,44	14,07	90,96	0,47
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	55	2,86	4,36	18,65	125,22	0,00
Итого			435	10,52	11,17	48,69	339,06	1,09
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	184	5,51	0,18	7,34	56,92	1,84
Итого			184	5,51	0,18	7,34	56,92	1,84
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2,27	2,51	14,91	91,56	5,46
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,08	4,36	18,05	123,54	0,00
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	80	1,27	4,86	10,26	89,84	0,60
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,89	2,88	5,40	51,57	8,51
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,70	46,76	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,11	0,17	13,86	65,41	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,63	0,08	4,04	19,43	0,00
Итого			688	10,25	14,86	78,22	488,11	14,57
Полдник уплотненный								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	95	0,70	2,25	8,27	56,03	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	148	4,15	3,58	6,88	77,32	0,77
2008		ЯБЛОКО <i>(для дежурн. групп)</i>	132	0,53	0,53	12,94	62,05	13,20
Итого			375	5,38	6,36	28,09	195,40	13,97
Всего				31,66	32,57	162,34	1 079,49	31,47

Повар

Сагоцкая Н.А.