



Утверждаю

Заведующий

МБДОУ №11 "Ручеек"

В.В. Родионова К.В./

МЕНЮ

30 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	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	190	4,52	8,02	28,71	205,32	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	1,05	7,81	6,67	101,21	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,17	0,08	12,38	49,53	0,00
Итого			380	5,74	15,91	47,76	356,06	0,00
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,76	3,33	15,39	110,79	3,69
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	145	3,50	5,61	36,72	211,44	0,00
2012	245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	65	11,53	4,49	0,20	87,61	0,23
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,00	0,08	6,59	31,08	0,00
Итого			603	20,79	13,51	70,52	487,36	3,92
Полдник уплотненный								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3,14	4,10	31,16	174,62	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			230	3,14	4,10	40,84	213,32	0,00
Всего				29,67	33,52	159,12	1 056,74	3,92

Повар

Сагоцкая Н.А.