Утверждаю
Заведующий
МБДОУ №11 "Ручеек"
_____ /Родионова К.В./

МЕНЮ

12 января 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	3,83	4,94	29,05	176,08	0,14
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	9,71	39,05	0,17
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	45	2,99	4,37	19,51	129,29	0,00
Итого			**425**	**6,83**	**9,31**	**58,27**	**344,42**	**0,31**
II Завтрак								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,70	0,06	6,46	29,79	1,10
Итого			**60**	**0,70**	**0,06**	**6,46**	**29,79**	**1,10**
Обед								
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	200	2,32	5,05	11,81	102,73	12,24
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	0,97	3,51	6,29	60,64	0,00
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	155	5,08	5,34	22,95	159,89	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	27	0,22	0,03	0,46	3,51	1,35
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	149	0,74	0,15	14,70	63,86	2,97
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,62	0,21	17,20	81,20	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,96	0,13	6,15	29,57	0,00
Итого			**650**	**12,91**	**14,42**	**79,56**	**501,40**	**16,56**
Полдник уплотненный								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	14,20	57,03	0,17
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ЯБЛОКО (для дежурн. групп)	101	0,40	0,40	9,86	47,28	10,06
Итого			**311**	**0,41**	**0,40**	**24,06**	**104,31**	**10,23**
Всего				**20,85**	**24,19**	**168,35**	**979,92**	**28,20**

_____

Повар _____ Сагоцкая Н.А.