

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ №11 "Ручеек"

Родионова К.В./

МЕНЮ

5 февраля 2026 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	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	4,38	4,22	16,49	122,01	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	45	2,90	4,60	18,94	128,78	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7/3	0,08	0,00	8,17	33,72	0,70
Итого			435	7,36	8,82	43,60	284,51	1,22
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	90	1,31	0,44	18,37	83,97	3,61
Итого			90	1,31	0,44	18,37	83,97	3,61
Обед								
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	5,26	2,48	14,88	103,51	7,71
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160	5,83	5,09	33,19	202,56	0,00
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	80	11,21	12,84	8,59	194,47	0,42
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,39	45,53	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,54	0,21	16,73	78,94	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			673	26,16	20,80	93,26	665,80	8,13
Полдник уплотненный								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	21	0,16	0,02	0,35	2,68	1,03
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	9,71	39,05	0,17
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,68	0,14	11,04	52,10	0,00
2008		ЯБЛОКО	135	0,54	0,54	13,19	63,27	13,46
Итого			398	7,49	5,30	34,59	220,10	14,66
Всего				42,32	35,36	189,82	1 254,38	27,62

Повар

Сагоцкая Н.А.