



Утверждаю

Заведующий

МБДОУ №11 "Ручеек"

Иодионова К.В./

МЕНЮ

18 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,64	4,43	15,65	121,75	0,61
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	75	4,25	4,71	27,79	170,55	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,20	0,01	10,17	42,73	1,16
Итого			472	9,09	9,15	53,61	335,03	1,77
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	235	7,02	2,34	9,83	93,60	1,17
Итого			235	7,02	2,34	9,83	93,60	1,17
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2,23	2,19	14,65	87,50	5,36
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,46	4,43	14,88	115,52	31,68
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	80	10,23	12,61	9,82	193,53	0,59
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,39	45,53	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,14	0,26	20,66	97,51	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			671	20,38	19,67	79,88	580,38	37,63
Полдник уплотненный								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	1,20	3,24	10,25	74,78	0,01
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	147	4,13	3,57	6,85	77,03	0,76
2008		ЯБЛОКО	72	0,29	0,29	7,10	34,07	7,25
Итого			299	5,62	7,10	24,20	185,88	8,02
Всего				42,11	38,26	167,52	1 194,89	48,59

Повар

Сагоцкая Н.А.