

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ №11 "Ручеек"

Родионова К.В./

МЕНЮ

26 февраля 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,53	3,84	18,66	128,00	0,52
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	9,72	39,16	0,22
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,88	0,23	18,91	89,26	0,00
Итого			418	7,42	4,07	47,29	256,42	0,74
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	232	6,96	0,23	9,28	71,92	2,32
Итого			232	6,96	0,23	9,28	71,92	2,32
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	1,56	3,30	9,11	72,81	7,05
2008	260	АЗУ	200	16,86	20,13	19,04	325,52	9,21
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	153	0,77	0,15	15,15	65,79	3,06
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	56	4,28	0,35	28,18	132,98	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			629	24,79	24,11	79,96	637,89	19,32
Полдник уплотненный								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	125	1,67	4,23	12,08	93,02	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	129	3,64	3,13	6,01	67,69	0,67
2008		ЯБЛОКО	135	0,54	0,54	13,27	63,64	13,54
Итого			389	5,85	7,90	31,36	224,35	14,21
Всего				45,02	36,31	167,89	1 190,58	36,59

Повар _____

Сагоцкая Н.А.