

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ №11 "Ручеек"

/Водилова К.В./

МЕНЮ

2 апреля 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	160	4,46	4,53	11,98	107,31	0,60
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	55	3,69	4,67	24,09	153,11	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,35	1,88	11,37	72,37	0,40
Итого			365	10,50	11,08	47,44	332,79	1,00
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	88	1,28	0,43	17,95	82,05	3,52
Итого			88	1,28	0,43	17,95	82,05	3,52
Обед								
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	200	2,37	4,97	11,73	101,93	12,08
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,39	3,78	19,28	120,83	9,74
2012	312	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	95	17,85	19,02	5,29	263,34	0,73
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,39	45,53	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,19	0,26	20,96	98,91	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			657	27,12	28,21	77,13	671,33	22,55
Полдник уплотненный								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	20	0,16	0,02	0,34	2,60	1,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	9,71	39,05	0,17
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,15	0,18	14,17	66,87	0,00
2008		ЯБЛОКО	129	0,52	0,52	12,68	60,83	12,94
Итого			397	7,94	5,32	37,20	232,35	14,11
Всего				46,84	45,04	179,72	1 318,52	41,18

Повар _____

Сагоцкая Н.А.