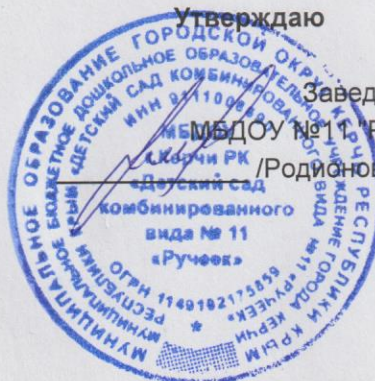


Утверждаю

Заведующий
МБДОУ №11 "Ручеек"
/Родионова К.В./**МЕНЮ**
24 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								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,15	7,22	13,67	136,73	0,44
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,01	0,00	9,71	39,06	0,18
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,19	0,26	20,98	99,03	0,00
Итого			417	7,35	7,48	44,36	274,82	0,62
II Завтрак								
2008		БАНАН	76	1,14	0,38	15,90	72,70	7,57
Итого			76	1,14	0,38	15,90	72,70	7,57
Обед								
2008	83	ЩИ	250	2,73	5,68	12,61	113,46	15,97
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,58	5,42	38,42	228,45	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	150	22,99	23,15	4,77	319,01	1,09
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,44	45,74	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	63	4,79	0,39	31,48	148,55	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,14	0,15	7,32	35,23	0,00
Итого			810	38,23	34,79	106,04	890,44	17,06
Полдник уплотненный								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	64	4,77	6,24	47,35	265,36	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,85	2,18	15,53	93,75	0,47
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	136	0,68	0,14	13,51	58,70	2,73
Итого			380	8,30	8,56	76,39	417,81	3,20
Всего				55,02	51,21	242,69	1 655,77	28,45

Повар _____

Сагоцкая Н.А.