МБДОУ №11 "Ручеек"

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ №11 "Ручеек"
/Родионова К.В./

МЕНЮ

27 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	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	200	5,43	5,27	15,76	132,74	0,79
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,01	0,00	11,47	46,10	0,18
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	60	4,20	4,47	27,47	166,88	0,00
Итого			**445**	**9,64**	**9,74**	**54,70**	**345,72**	**0,97**
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	98	0,49	0,10	9,70	42,14	1,96
Итого			**98**	**0,49**	**0,10**	**9,70**	**42,14**	**1,96**
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2,47	2,32	15,66	93,47	5,30
2008	266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	205	4,52	15,60	44,38	336,43	1,31
2008		ТОМАТЫ СОЛЕНЫЕ	87	0,96	0,00	2,09	12,22	8,73
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	14,08	56,29	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,71	0,30	24,41	115,18	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,14	0,15	7,32	35,23	0,00
Итого			**738**	**12,80**	**18,37**	**107,94**	**648,82**	**15,34**
Полдник уплотненный								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	3,96	4,48	25,22	156,99	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	148	0,74	0,15	14,55	63,21	2,94
2008		ЯБЛОКО	132	0,53	0,53	12,94	62,05	13,20
Итого			**480**	**5,23**	**5,16**	**52,71**	**282,25**	**16,14**
Всего				**28,16**	**33,37**	**225,05**	**1 318,93**	**34,41**

Повар _____ Сагоцкая Н.А.