Утверждаю

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

МЕНЮ

4 мая 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	4,19	4,15	11,13	99,46	0,59
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	9,71	39,08	0,18
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	45	3,13	4,57	20,44	135,44	0,00
Итого			**385**	**7,33**	**8,72**	**41,28**	**273,98**	**0,77**
II Завтрак								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,72	0,06	6,58	30,46	1,14
Итого			**60**	**0,72**	**0,06**	**6,58**	**30,46**	**1,14**
Обед								
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	200	2,34	4,89	11,68	100,89	12,03
2008	265	ПЛОВ	180	3,04	6,39	29,84	189,44	1,07
2008		ТОМАТЫ СОЛЕНЫЕ	67	0,74	0,00	1,61	9,37	6,69
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	151	0,76	0,15	15,00	65,15	3,03
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,72	0,22	17,92	84,58	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,12	0,15	7,17	34,52	0,00
Итого			**651**	**10,72**	**11,80**	**83,22**	**483,95**	**22,82**
Полдник уплотненный								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	65	7,42	8,98	1,33	115,86	0,10
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,53	2,35	3,14	35,76	1,47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,82	0,15	11,97	56,47	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	14,32	57,51	0,18
2008		ЯБЛОКО	101	0,40	0,40	9,86	47,28	10,06
Итого			**410**	**10,18**	**11,88**	**40,62**	**312,88**	**11,81**
Всего				**28,95**	**32,46**	**171,70**	**1 101,27**	**36,54**

Повар _____ Сагоцкая Н.А.