

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ №11 "Ручеек"

/Родионова К.В./

# МЕНЮ

6 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,55	3,79	18,78	128,18	0,51
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	9,72	39,10	0,19
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3,01	0,24	19,79	93,41	0,00
<b>Итого</b>			<b>419</b>	<b>7,57</b>	<b>4,03</b>	<b>48,29</b>	<b>260,69</b>	<b>0,70</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	РЯЖЕНКА	168	5,04	1,68	7,06	67,20	0,84
<b>Итого</b>			<b>168</b>	<b>5,04</b>	<b>1,68</b>	<b>7,06</b>	<b>67,20</b>	<b>0,84</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	1,58	2,64	9,09	66,68	7,25
2008	260	АЗУ	190	16,52	20,26	18,54	322,84	8,84
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	152	0,76	0,15	15,00	65,15	3,03
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	59	4,50	0,37	29,61	139,72	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1,07	0,14	6,83	32,86	0,00
<b>Итого</b>			<b>617</b>	<b>24,43</b>	<b>23,56</b>	<b>79,07</b>	<b>627,25</b>	<b>19,12</b>
<b>Полдник уплотненный</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	128	3,60	3,09	5,95	66,93	0,66
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	120	1,75	4,49	12,04	95,38	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	132	0,66	0,13	13,00	56,46	2,63
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>6,01</b>	<b>7,71</b>	<b>30,99</b>	<b>218,77</b>	<b>3,29</b>
<b>Всего</b>				<b>43,05</b>	<b>36,98</b>	<b>165,41</b>	<b>1 173,91</b>	<b>23,95</b>

Повар \_\_\_\_\_

Сагоцкая Н.А.