МБДОУ №11 "Ручеек"

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

МЕНЮ

13 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								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,25	7,47	24,97	188,78	0,62
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,01	0,00	9,71	39,08	0,18
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,18	0,26	20,91	98,68	0,00
Итого			**417**	**8,44**	**7,73**	**55,59**	**326,54**	**0,80**
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	104	1,06	0,35	14,80	67,67	2,91
Итого			**104**	**1,06**	**0,35**	**14,80**	**67,67**	**2,91**
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,18	4,98	15,14	114,35	3,90
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	155	6,40	6,40	31,00	207,00	1,00
2012	312	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	80	14,15	16,13	5,53	223,70	0,59
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	180	0,27	0,05	23,34	94,75	0,44
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	63	4,80	0,39	31,54	148,86	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,29	0,17	8,24	39,66	0,00
Итого			**697**	**29,09**	**28,12**	**114,79**	**828,32**	**5,93**
Полдник уплотненный								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	6,53	12,28	55,24	356,40	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,28	0,00	19,00	77,12	0,00
Итого			**280**	**6,81**	**12,28**	**74,24**	**433,52**	**0,00**
Всего				**45,40**	**48,48**	**259,42**	**1 656,05**	**9,64**

_____

Повар _____ Сагоцкая Н.А.