МБДОУ №11 "Ручеек"

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 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	3,11	3,63	21,24	130,19	0,10
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**	**6,25**	**8,20**	**51,39**	**304,71**	**0,28**
II Завтрак								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,71	0,06	6,53	30,22	1,13
Итого			**60**	**0,71**	**0,06**	**6,53**	**30,22**	**1,13**
Обед								
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	200	2,31	4,89	11,42	99,59	11,77
2008	265	ПЛОВ	180	3,19	6,41	31,55	197,17	1,07
2008		ТОМАТЫ СОЛЕНЫЕ	62	0,68	0,00	1,49	8,68	6,20
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	151	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,72	0,22	17,92	84,58	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,22	0,16	7,84	37,73	0,00
Итого			**648**	**10,87**	**11,83**	**85,07**	**492,25**	**22,04**
Полдник уплотненный								
2008	332	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	180	5,76	10,62	35,86	262,87	1,98
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	14,32	57,51	0,18
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,79	0,15	11,79	55,65	0,00
Итого			**384**	**7,56**	**10,77**	**61,97**	**376,03**	**2,16**
Всего				**25,39**	**30,86**	**204,96**	**1 203,21**	**25,61**

Повар _____ Сагоцкая Н.А.