

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ №11 "Ручеек"
Кротинова К.В./**МЕНЮ**
4 июня 2026 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,69	4,15	19,68	135,47	0,52
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	9,73	39,19	0,24
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,51	0,29	23,08	108,94	0,00
Итого			426	8,21	4,44	52,49	283,60	0,76
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	269	8,10	2,70	11,34	108,00	1,35
Итого			269	8,10	2,70	11,34	108,00	1,35
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	1,60	2,73	9,31	68,59	7,31
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	155	6,40	6,40	31,00	207,00	1,00
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	95	25,02	30,31	16,17	437,09	0,91
2012	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ	60	1,48	3,10	8,10	67,07	4,77
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	154	0,77	0,15	15,30	66,44	3,09
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	69	5,25	0,43	34,50	162,81	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,37	0,18	8,76	42,15	0,00
Итого			754	41,89	43,30	123,14	1 051,15	17,08
Полдник уплотненный								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	1,86	4,35	11,72	93,33	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	129	3,64	3,13	6,02	67,74	0,67
Итого			259	5,50	7,48	17,74	161,07	0,67
Всего				63,70	57,92	204,71	1 603,82	19,86

Повар _____

Сагоцкая Н.А.