Утверждаю

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

МЕНЮ

11 июня 2026 г.

Сад 10,5 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	4,07	4,20	10,80	98,13	0,57
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	55	3,67	4,42	23,96	150,31	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,24	1,78	11,02	69,64	0,38
Итого			**365**	**9,98**	**10,40**	**45,78**	**318,08**	**0,95**
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	128	0,64	0,13	12,61	54,78	2,55
Итого			**128**	**0,64**	**0,13**	**12,61**	**54,78**	**2,55**
Обед								
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	200	2,47	4,92	12,33	104,45	12,20
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,39	3,95	19,35	122,77	9,78
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	65	9,28	10,24	8,37	162,61	0,41
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	0,56	0,07	1,76	9,85	7,04
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,69	46,73	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,21	0,26	21,13	99,71	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,29	0,17	8,26	39,72	0,00
Итого			**696**	**19,20**	**19,61**	**82,89**	**585,84**	**29,43**
Полдник уплотненный								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,84	3,53	4,97	54,96	2,33
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	9,72	39,17	0,23
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,13	0,17	14,00	66,06	0,00
Итого			**308**	**8,08**	**8,30**	**28,99**	**223,19**	**2,56**
Всего				**37,90**	**38,44**	**170,27**	**1 181,89**	**35,49**

Повар _____ Сагоцкая Н.А.