



Утверждаю

Заведующий

МБДОУ №11 "Ручеек"

/Родионова К.В./

МЕНЮ

17 июня 2026 г.

Сад 10,5 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,60	4,05	18,88	131,06	0,52
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,01	0,00	9,81	39,54	0,23
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,41	0,28	22,41	105,78	0,00
Итого			425	8,02	4,33	51,10	276,38	0,75
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	213	6,42	2,14	8,99	85,60	1,07
Итого			213	6,42	2,14	8,99	85,60	1,07
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	1,58	2,82	9,33	69,34	7,24
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	155	6,40	6,40	31,00	207,00	1,00
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	16,15	20,82	13,73	306,73	0,57
2012	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ	65	1,67	2,94	8,97	70,11	5,48
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	147	0,74	0,15	14,55	63,21	2,94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	67	5,11	0,42	33,59	158,54	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,28	0,17	8,20	39,43	0,00
Итого			743	32,93	33,72	119,37	914,36	17,23
Полдник уплотненный								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	120	1,77	4,48	12,11	95,65	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	130	3,66	3,15	6,05	68,09	0,68
Итого			250	5,43	7,63	18,16	163,74	0,68
Всего				52,80	47,82	197,62	1 440,08	19,73

Повар _____

Сагоцкая Н.А.