

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ №11 "Ручеек"
/Родионова К.В./**МЕНЮ**
22 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								
2012	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	200	5,61	5,43	16,78	139,06	0,80
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,01	0,00	11,27	45,32	0,20
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	85	5,74	5,77	37,60	225,30	0,00
Итого			470	11,36	11,20	65,65	409,68	1,00
II Завтрак								
2012	368	ЧЕРЕШНЯ	150	1,31	0,00	18,04	80,03	24,00
Итого			150	1,31	0,00	18,04	80,03	24,00
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2,28	2,39	16,17	95,54	5,20
2008	266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	215	4,40	16,59	42,99	339,50	1,29
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	65	0,62	4,21	2,30	50,47	4,50
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	13,34	53,31	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	66	5,02	0,41	33,00	155,72	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			746	13,64	23,78	116,28	735,33	10,99
Полдник уплотненный								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	3,76	5,59	23,99	161,40	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	147	0,74	0,15	14,55	63,21	2,94
Итого			347	4,50	5,74	38,54	224,61	2,94
Всего				30,81	40,72	238,51	1 449,65	38,93

Повар _____

Сагоцкая Н.А.