

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ №11 "Ручеек"

/Родионова К.В./

МЕНЮ

24 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	4,82	4,54	16,50	127,00	0,62
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,01	0,00	11,52	46,29	0,19
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	115	7,15	4,94	46,85	260,46	0,00
Итого			500	11,98	9,48	74,87	433,75	0,81
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	197	5,88	0,20	7,84	60,76	1,96
Итого			197	5,88	0,20	7,84	60,76	1,96
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	1,85	2,27	15,65	90,62	5,29
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,55	4,43	14,99	116,13	31,98
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	90	12,18	14,65	8,93	216,13	0,60
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	74	0,60	0,07	1,86	10,42	7,44
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,48	45,89	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,34	0,43	35,13	165,77	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1,06	0,14	6,78	32,63	0,00
Итого			780	24,58	21,99	94,82	677,59	45,31
Полдник уплотненный								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	85	1,10	3,24	9,58	71,68	0,01
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	148	4,16	3,59	6,89	77,52	0,77
Итого			233	5,26	6,83	16,47	149,20	0,78
Всего				47,70	38,50	194,00	1 321,30	48,86

Повар

Сагоцкая Н.А.