

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ №11 "Ручеек"

Родионова К.В./

МЕНЮ

1 сентября 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	3,91	4,10	14,29	110,32	0,46
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	225	0,63	0,39	8,42	40,15	0,00
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	55	2,82	4,36	18,40	124,03	0,00
Итого			480	7,36	8,85	41,11	274,50	0,46
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	152	0,76	0,15	15,00	65,14	3,03
Итого			152	0,76	0,15	15,00	65,14	3,03
Обед								
2012	59	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	200	2,37	5,02	11,66	102,20	12,09
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,70	4,60	38,50	209,00	0,00
2012	255	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	75	10,56	4,24	7,19	109,53	0,19
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	59	0,48	0,06	1,49	8,33	5,95
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,52	46,08	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,16	0,18	14,22	67,10	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,21	0,16	7,77	37,39	0,00
Итого			710	20,48	14,26	92,35	579,63	18,23
Полдник уплотненный								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	83	1,57	7,38	6,38	98,63	5,80
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,40	0,11	9,20	43,42	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			331	8,07	12,09	25,56	243,75	5,80
Всего				36,67	35,35	174,02	1 163,02	27,52

Повар

Сагоцкая Н.А.