

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

**МЕНЮ**

8 апреля 2025 г.

**Сад 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                            | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                               |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                               |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 324                 | КАША МОЛОЧНАЯ<br>"ЗДОРОВЬЕ"/ГЕРКУЛЕС И ГРЕЧА/ | 200   | 6,53              | 8,97    | 25,33            | 208,94                                   | 0,62                  |
| 2008                          | 181                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)     | 130   | 7,33              | 8,38    | 33,23            | 237,40                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С<br>МОЛОКОМ                 | 180   | 3,58              | 3,72    | 16,20            | 113,55                                   | 0,62                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)                     | 180   | 0,19              | 0,00    | 10,09            | 41,11                                    | 0,04                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                              | 7     | 0,03              | 5,76    | 0,06             | 52,20                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                    | 30    | 2,25              | 0,87    | 15,42            | 78,60                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                               | 417   | 12,39             | 19,32   | 57,01            | 453,29                                   | 1,24                  |
| II Завтрак                    |                     |                                               |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 435                 | СНЕЖОК                                        | 180   | 5,24              | 4,37    | 19,21            | 137,93                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)                      | 200   | 1,00              | 0,20    | 20,20            | 86,00                                    | 4,00                  |
| Итого                         |                     |                                               | 180   | 5,24              | 4,37    | 19,21            | 137,93                                   | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                               |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                 | 50    | 0,40              | 0,05    | 1,25             | 6,98                                     | 4,98                  |
| 2008                          | 78                  | БОРЩ С ФАСОЛЬЮ                                | 200   | 5,60              | 5,06    | 9,13             | 107,02                                   | 5,32                  |
| 2008                          | 229                 | РЫБА (ФИЛЕ) ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ<br>С ОВОЩАМИ     | 70    | 14,83             | 4,83    | 4,34             | 119,96                                   | 1,12                  |
| 2008                          | 259                 | ГУЛЯШ (аллергики)                             | 70    | 9,04              | 11,93   | 5,32             | 164,89                                   | 1,40                  |
| 2008                          | 323                 | РИС РАССЫПЧАТЫЙ                               | 130   | 3,10              | 4,48    | 32,46            | 182,51                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 123                 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ<br>(аллергики)             | 140   | 2,56              | 10,20   | 20,87            | 185,79                                   | 10,56                 |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                              | 180   | 0,60              | 0,04    | 15,61            | 65,66                                    | 0,19                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ           | 45    | 2,98              | 0,40    | 19,08            | 91,78                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                               | 675   | 27,51             | 14,86   | 81,87            | 573,91                                   | 11,61                 |
| Полдник уплотненный           |                     |                                               |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 224                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                          | 180   | 22,96             | 20,96   | 24,15            | 375,08                                   | 0,00                  |
| 1996                          | 375                 | БЕФСТРОГАНОВ (аллергики)                      | 80    | 9,10              | 11,93   | 5,66             | 166,59                                   | 1,57                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ                              | 20    | 1,46              | 1,73    | 11,39            | 67,09                                    | 0,08                  |
| 2008                          | 123                 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ<br>(аллергики)             | 130   | 2,50              | 5,35    | 20,40            | 139,95                                   | 10,32                 |
| 2012                          | 391                 | ЧАЙ                                           | 180   | 0,10              | 0,00    | 0,20             | 1,20                                     | 0,02                  |
| 2008                          |                     | ПЕЧЕНЬЕ                                       | 20    | 1,50              | 1,96    | 14,88            | 83,40                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО                                        | 120   | 0,42              | 0,42    | 10,35            | 49,63                                    | 10,56                 |
| Итого                         |                     |                                               | 520   | 26,44             | 25,07   | 60,97            | 576,40                                   | 10,66                 |
| Всего                         |                     |                                               |       | 71,58             | 63,62   | 219,06           | 1 741,53                                 | 23,51                 |

Медицинская сестра

Широкова Вера Александровна

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

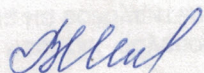
# МЕНЮ

8 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                            | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                               |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                               |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 324                 | КАША МОЛОЧНАЯ<br>"ЗДОРОВЬЕ"/ГЕРКУЛЕС И ГРЕЧА/ | 180   | 5,23              | 7,22    | 19,93            | 166,42                                   | 0,52                  |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                    | 150   | 3,01              | 3,10    | 13,34            | 94,13                                    | 0,52                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                              | 5     | 0,03              | 4,13    | 0,04             | 37,40                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                    | 20    | 1,50              | 0,58    | 10,28            | 52,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                               | 355   | 9,77              | 15,03   | 43,59            | 350,35                                   | 1,04                  |
| II Завтрак                    |                     |                                               |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 435                 | СНЕЖОК                                        | 180   | 5,24              | 4,37    | 19,21            | 137,93                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                               | 180   | 5,24              | 4,37    | 19,21            | 137,93                                   | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                               |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                 | 30    | 0,24              | 0,03    | 0,75             | 4,17                                     | 2,98                  |
| 2008                          | 78                  | БОРЩ С ФАСОЛЬЮ                                | 150   | 3,96              | 4,14    | 6,40             | 80,99                                    | 4,05                  |
| 2008                          | 229                 | РЫБА (ФИЛЕ) ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ<br>С ОВОЩАМИ     | 60    | 12,73             | 4,08    | 3,69             | 102,20                                   | 0,99                  |
| 2008                          | 323                 | РИС РАССЫПЧАТЫЙ                               | 110   | 2,71              | 3,85    | 28,45            | 159,33                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 401                 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                              | 150   | 0,50              | 0,03    | 12,69            | 53,46                                    | 0,16                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ           | 30    | 1,99              | 0,26    | 12,72            | 61,19                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                               | 530   | 22,13             | 12,39   | 64,70            | 461,34                                   | 8,18                  |
| Полдник уплотненный           |                     |                                               |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 224                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                          | 150   | 19,36             | 17,69   | 20,26            | 316,06                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ                              | 20    | 1,46              | 1,74    | 11,41            | 67,22                                    | 0,08                  |
| 2012                          | 391                 | ЧАЙ                                           | 150   | 0,04              | 0,00    | 0,08             | 0,49                                     | 0,01                  |
| 2008                          |                     | ПЕЧЕНЬЕ                                       | 20    | 1,50              | 1,96    | 14,88            | 83,40                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО                                        | 120   | 0,42              | 0,42    | 10,35            | 49,63                                    | 10,56                 |
| Итого                         |                     |                                               | 460   | 22,78             | 21,81   | 56,98            | 516,80                                   | 10,65                 |
| Всего                         |                     |                                               |       | 59,92             | 53,60   | 184,48           | 1 466,42                                 | 19,87                 |

Медицинская сестра



Широкова Вера Александровна