

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

**МЕНЮ**

21 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                          | 189                 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ            | 200   | 4,91              | 7,91    | 20,71            | 174,05                                   | 0,62                  |
| 2008                          | 181                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) | 130   | 7,33              | 6,77    | 33,23            | 222,86                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                             | 180   | 0,10              | 0,00    | 9,88             | 39,91                                    | 0,02                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                          | 7     | 0,04              | 5,82    | 0,06             | 52,73                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                | 30    | 2,25              | 0,87    | 15,42            | 78,60                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 417   | 7,30              | 14,60   | 46,07            | 345,29                                   | 0,64                  |
| II Завтрак                    |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                              | 200   | 1,00              | 0,20    | 20,20            | 86,00                                    | 4,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 200   | 1,00              | 0,20    | 20,20            | 86,00                                    | 4,00                  |
| Обед                          |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 34                  | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ                  | 30    | 2,00              | 0,00    | 4,60             | 26,60                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 67                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ      | 200   | 4,74              | 4,49    | 7,20             | 88,75                                    | 9,92                  |
| 2012                          | 282                 | БИТОЧКИ МЯСНЫЕ                            | 70    | 8,65              | 10,61   | 9,59             | 168,29                                   | 0,35                  |
| 2012                          | 205                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ   | 130   | 4,84              | 4,61    | 30,85            | 184,34                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                 | 180   | 0,00              | 0,00    | 9,68             | 38,70                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ       | 45    | 2,98              | 0,40    | 19,10            | 91,88                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 655   | 23,21             | 20,11   | 81,02            | 598,56                                   | 10,27                 |
| Полдник уплотненный           |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 259                 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                   | 70    | 8,19              | 8,42    | 2,70             | 119,36                                   | 0,81                  |
| 2012                          | 321                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                         | 130   | 3,22              | 5,60    | 19,50            | 141,75                                   | 9,21                  |
| 2012                          | 372                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                   | 180   | 0,13              | 0,13    | 12,69            | 53,14                                    | 1,27                  |
| 2008                          |                     | ПРЯНИКИ                                   | 30    | 1,77              | 1,41    | 22,50            | 109,80                                   | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                | 20    | 1,50              | 0,58    | 10,28            | 52,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 430   | 14,81             | 16,14   | 67,67            | 476,45                                   | 11,29                 |
| Всего                         |                     |                                           |       | 46,32             | 51,05   | 214,96           | 1 506,30                                 | 26,20                 |

Медицинская сестра

Широкова Вера Александровна

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

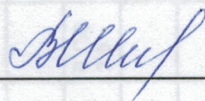
# МЕНЮ

21 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                          | 189                 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ          | 180   | 4,03              | 6,52    | 16,83            | 142,50                                   | 0,52                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                           | 150   | 0,04              | 0,00    | 7,77             | 31,22                                    | 0,01                  |
| 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   | 5,60              | 11,23   | 34,92            | 263,52                                   | 0,53                  |
| II Завтрак                    |                     |                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                            | 200   | 1,00              | 0,20    | 20,20            | 86,00                                    | 4,00                  |
| Итого                         |                     |                                         | 200   | 1,00              | 0,20    | 20,20            | 86,00                                    | 4,00                  |
| Обед                          |                     |                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 34                  | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ                | 30    | 2,00              | 0,00    | 4,60             | 26,60                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 67                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ    | 150   | 4,03              | 4,05    | 5,47             | 74,90                                    | 7,51                  |
| 2012                          | 282                 | БИТОЧКИ МЯСНЫЕ                          | 60    | 7,46              | 9,42    | 8,65             | 149,13                                   | 0,34                  |
| 2012                          | 205                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 110   | 4,29              | 3,80    | 27,38            | 161,02                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ               | 150   | 0,00              | 0,00    | 7,68             | 30,73                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ     | 30    | 1,99              | 0,26    | 12,72            | 61,19                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                         | 530   | 19,77             | 17,53   | 66,50            | 503,57                                   | 7,85                  |
| Полдник уплотненный           |                     |                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 259                 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                 | 60    | 7,05              | 7,19    | 2,27             | 101,96                                   | 0,69                  |
| 2012                          | 321                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                       | 110   | 2,73              | 4,61    | 16,64            | 119,30                                   | 7,87                  |
| 2012                          | 372                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                 | 150   | 0,11              | 0,11    | 10,19            | 42,77                                    | 1,06                  |
| 2023                          |                     | ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ                           | 125   | 0,73              | 0,24    | 23,04            | 99,43                                    | 0,80                  |
| 2008                          |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ              | 20    | 1,50              | 0,58    | 10,28            | 52,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                         | 465   | 12,12             | 12,73   | 62,42            | 415,86                                   | 10,42                 |
| Всего                         |                     |                                         |       | 38,49             | 41,69   | 184,04           | 1 268,95                                 | 22,80                 |

Медицинская сестра



Широкова Вера Александровна