

Утверждаю

/заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

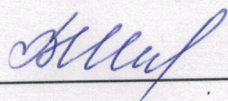
# МЕНЮ

5 августа 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ | 200   | 5,80              | 8,99    | 22,43            | 194,76                                   | 0,62                  |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С<br>МОЛОКОМ        | 180   | 3,58              | 3,72    | 16,19            | 113,51                                   | 0,62                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                     | 7     | 0,04              | 5,85    | 0,06             | 53,03                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ           | 30    | 2,25              | 0,87    | 15,42            | 78,60                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                      | 417   | 11,67             | 19,43   | 54,10            | 439,90                                   | 1,24                  |
| II Завтрак                    |                     |                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 435                 | СНЕЖОК                               | 150   | 4,37              | 3,64    | 16,01            | 114,95                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                      | 150   | 4,37              | 3,64    | 16,01            | 114,95                                   | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 56                  | БОРЩ НА М/Б                          | 200   | 5,36              | 5,84    | 7,00             | 104,49                                   | 6,37                  |
| 2008                          | 242                 | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ<br>НАТУРАЛЬНЫЙ        | 70    | 10,73             | 5,01    | 4,59             | 106,15                                   | 0,68                  |
| 2012                          | 321                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                    | 130   | 3,25              | 5,64    | 19,73            | 143,16                                   | 9,33                  |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                     | 180   | 0,60              | 0,04    | 15,62            | 65,70                                    | 0,19                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ  | 45    | 2,98              | 0,40    | 19,11            | 91,97                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                      | 625   | 22,92             | 16,93   | 66,05            | 511,47                                   | 16,57                 |
| Полдник уплотненный           |                     |                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 225                 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА                    | 180   | 22,96             | 20,80   | 25,06            | 376,72                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ                     | 20    | 1,47              | 1,74    | 11,46            | 67,51                                    | 0,08                  |
| 2012                          | 391                 | ЧАЙ                                  | 183   | 0,10              | 0,00    | 0,20             | 1,22                                     | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                      | 383   | 24,53             | 22,54   | 36,72            | 445,45                                   | 0,10                  |
| Всего                         |                     |                                      |       | 63,49             | 62,54   | 172,88           | 1 511,77                                 | 17,91                 |

Медицинская сестра



Широкова Вера Александровна



Утверждаю

/заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

**МЕНЮ**

5 августа 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 180   | 4,97              | 7,39    | 19,25            | 164,16                                   | 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   | 9,51              | 15,20   | 42,91            | 348,09                                   | 1,04                  |
| II Завтрак                    |                     |                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 435                 | СНЕЖОК                            | 150   | 4,37              | 3,64    | 16,01            | 114,95                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                   | 150   | 4,37              | 3,64    | 16,01            | 114,95                                   | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 56                  | БОРЩ НА М/Б                       | 150   | 3,98              | 4,77    | 5,79             | 83,87                                    | 4,88                  |
| 2008                          | 242                 | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ        | 60    | 9,28              | 4,65    | 3,83             | 94,09                                    | 0,61                  |
| 2012                          | 321                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                 | 110   | 2,73              | 4,51    | 16,62            | 118,38                                   | 7,86                  |
| 2008                          | 401                 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                  | 150   | 0,50              | 0,03    | 12,69            | 53,46                                    | 0,16                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ  | 30    | 1,99              | 0,26    | 12,72            | 61,19                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                   | 500   | 18,48             | 14,22   | 51,65            | 410,99                                   | 13,51                 |
| Полдник уплотненный           |                     |                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 225                 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА                 | 150   | 19,17             | 18,42   | 20,17            | 321,18                                   | 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                          |                     | ЯБЛОКО                            | 120   | 0,42              | 0,42    | 10,35            | 49,63                                    | 10,56                 |
| Итого                         |                     |                                   | 440   | 21,09             | 20,58   | 42,01            | 438,52                                   | 10,65                 |
| Всего                         |                     |                                   |       | 53,45             | 53,64   | 152,58           | 1 312,55                                 | 25,20                 |

Медицинская сестра



Широкова Вера Александровна