

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11"КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

МЕНЮ

14 июля 2025 г.

Сад 12 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	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,91	7,88	20,62	173,34	0,62
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,04	5,84	0,06	52,96	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			417	7,30	14,59	45,98	344,80	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 КАРТОФЕЛЕМ	200	4,73	4,58	7,23	89,58	9,94
2012	282	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	8,65	10,56	9,49	167,55	0,35
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,83	4,58	30,82	183,82	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,00
Итого			655	23,19	20,12	80,90	598,03	10,29
Полдник уплотненный								
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	8,19	8,49	2,78	120,32	0,83
2008	323	РИС РАССЫПЧАТЫЙ	130	3,10	4,45	32,49	182,30	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,13	0,13	12,70	53,16	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	14,69	15,06	80,75	517,98	2,10
Всего				46,18	49,97	227,83	1 546,81	17,03

Медицинская сестра

Широкова Вера Александровна

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

МЕНЮ

14 июля 2025 г.

Ясли 12 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	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,04	6,35	16,70	140,54	0,52
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,04	0,00	7,67	30,81	0,01
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,30	0,04	39,02	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			355	5,61	11,23	34,69	262,77	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 КАРТОФЕЛЕМ	150	4,01	4,29	5,50	77,12	7,52
2012	282	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60	7,46	9,20	8,77	147,61	0,34
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	4,29	3,63	27,38	159,51	0,00
2008	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,58	30,29	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			530	19,75	17,38	66,55	502,32	7,86
Полдник уплотненный								
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	7,09	7,46	2,51	105,50	0,74
2008	323	РИС РАССЫПЧАТЫЙ	110	2,71	3,87	28,45	159,45	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,11	0,11	10,09	42,33	1,06
2023		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	125	0,73	0,24	23,08	99,60	0,80
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			465	12,14	12,26	74,41	459,28	2,60
Всего				38,50	41,07	195,85	1 310,37	14,99

Медицинская сестра

Широкова Вера Александровна