

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/



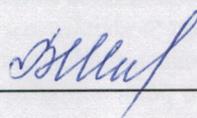
## МЕНЮ

19 июня 2025 г.

### Ясли 12 часов

| Сборник рецептов           | № техн. карты | Наименование блюда                     | Выход      | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|----------------------------|---------------|--|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
|                            |               |  |            | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |               |
| <b>Завтрак</b>             |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2012                       | 417           | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ                | 180        | 5,04              | 6,66         | 21,64         | 167,42                        | 0,52          |
| 2012                       | 394           | ЧАЙ С МОЛОКОМ                          | 150        | 2,85              | 3,10         | 12,32         | 89,38                         | 0,53          |
| 2008                       | 14            | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                         | 12         | 2,76              | 3,51         | 0,00          | 43,35                         | 0,08          |
| 2008                       |               | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ             | 20         | 1,50              | 0,58         | 10,28         | 52,40                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>362</b> | <b>12,15</b>      | <b>13,85</b> | <b>44,24</b>  | <b>352,55</b>                 | <b>1,13</b>   |
| <b>II Завтрак</b>          |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008                       | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                           | 200        | 1,00              | 0,20         | 20,20         | 86,00                         | 4,00          |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>200</b> | <b>1,00</b>       | <b>0,20</b>  | <b>20,20</b>  | <b>86,00</b>                  | <b>4,00</b>   |
| <b>Обед</b>                |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008                       | 137           | СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ     | 30         | 0,58              | 0,56         | 3,94          | 23,90                         | 1,28          |
| 2008                       | 90            | РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ | 150        | 3,74              | 8,03         | 8,83          | 124,45                        | 6,33          |
| 2008                       | 312           | ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ      | 60         | 5,91              | 16,83        | 1,96          | 185,31                        | 0,38          |
| 2012                       | 321           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                      | 110        | 2,73              | 4,62         | 16,68         | 119,65                        | 7,89          |
| 2008                       | 402           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ            | 150        | 0,00              | 0,00         | 7,67          | 30,69                         | 0,00          |
| 2008                       |               | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 30         | 1,99              | 0,26         | 12,72         | 61,19                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>530</b> | <b>14,95</b>      | <b>30,30</b> | <b>51,80</b>  | <b>545,19</b>                 | <b>15,88</b>  |
| <b>Полдник уплотненный</b> |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2012                       | 94            | СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ                   | 180        | 3,80              | 4,84         | 14,45         | 117,26                        | 0,56          |
| 2012                       | 372           | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                | 150        | 0,11              | 0,11         | 10,18         | 42,73                         | 1,06          |
| 2008                       |               | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ             | 20         | 1,50              | 0,58         | 10,28         | 52,40                         | 0,00          |
| 2008                       |               | ГРУША                                  | 100        | 0,40              | 0,30         | 10,29         | 46,97                         | 5,00          |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>450</b> | <b>5,81</b>       | <b>5,83</b>  | <b>45,20</b>  | <b>259,36</b>                 | <b>6,62</b>   |
| <b>Всего</b>               |               |  |            | <b>33,91</b>      | <b>50,18</b> | <b>161,44</b> | <b>1 243,10</b>               | <b>27,63</b>  |

Медицинская сестра



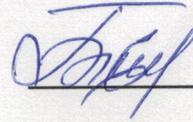
Широкова Вера Александровна

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/



# МЕНЮ

19 июня 2025 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептур           | № техн. карты | Наименование блюда                     | Выход      | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|----------------------------|---------------|--|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
|                            |               |  |            | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |               |
| <b>Завтрак</b>             |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2012                       | 417           | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ                | 200        | 5,84              | 8,04         | 24,77         | 195,72                        | 0,62          |
| 2012                       | 394           | ЧАЙ С МОЛОКОМ                          | 180        | 3,48              | 3,72         | 15,35         | 109,76                        | 0,64          |
| 2008                       | 14            | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                         | 15         | 3,57              | 4,54         | 0,00          | 56,02                         | 0,11          |
| 2008                       |               | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ             | 30         | 2,25              | 0,87         | 15,42         | 78,60                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>425</b> | <b>15,14</b>      | <b>17,17</b> | <b>55,54</b>  | <b>440,10</b>                 | <b>1,37</b>   |
| <b>II Завтрак</b>          |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008                       | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                           | 200        | 1,00              | 0,20         | 20,20         | 86,00                         | 4,00          |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>200</b> | <b>1,00</b>       | <b>0,20</b>  | <b>20,20</b>  | <b>86,00</b>                  | <b>4,00</b>   |
| <b>Обед</b>                |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008                       | 137           | СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ     | 50         | 0,94              | 0,98         | 6,21          | 38,56                         | 2,13          |
| 2008                       | 90            | РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ | 200        | 4,51              | 9,24         | 11,72         | 150,56                        | 8,40          |
| 2008                       | 312           | ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ      | 70         | 6,92              | 19,63        | 2,28          | 216,27                        | 0,44          |
| 2012                       | 321           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                      | 130        | 3,25              | 5,62         | 19,72         | 142,91                        | 9,32          |
| 2012                       | 376           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ            | 180        | 0,00              | 0,00         | 9,68          | 38,70                         | 0,00          |
| 2008                       |               | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 45         | 2,98              | 0,40         | 19,10         | 91,92                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>675</b> | <b>18,60</b>      | <b>35,87</b> | <b>68,71</b>  | <b>678,92</b>                 | <b>20,29</b>  |
| <b>Полдник уплотненный</b> |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2012                       | 94            | СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ                   | 200        | 4,20              | 5,49         | 16,14         | 131,68                        | 0,62          |
| 2012                       | 206           | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (аллергики)  | 150        | 8,13              | 10,01        | 23,98         | 219,53                        | 0,06          |
| 2012                       | 372           | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                | 180        | 0,13              | 0,13         | 12,69         | 53,14                         | 1,27          |
| 2008                       |               | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ             | 20         | 1,50              | 0,58         | 10,28         | 52,40                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>400</b> | <b>5,83</b>       | <b>6,20</b>  | <b>39,11</b>  | <b>237,22</b>                 | <b>1,89</b>   |
| <b>Всего</b>               |               |  |            | <b>40,57</b>      | <b>59,44</b> | <b>183,56</b> | <b>1 442,24</b>               | <b>27,55</b>  |

Медицинская сестра



Широкова Вера Александровна