

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

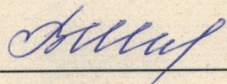
**МЕНЮ**

8 сентября 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            | 190   | 4,73              | 7,71    | 20,52            | 170,85                                   | 0,59                  |
| 2008                          | 181                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) | 130   | 7,33              | 11,61   | 33,23            | 266,46                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                             | 180   | 0,10              | 0,00    | 9,89             | 39,93                                    | 0,02                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                          | 7     | 0,04              | 5,78    | 0,06             | 52,36                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                | 30    | 2,23              | 0,86    | 15,29            | 77,95                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 407   | 7,10              | 14,35   | 45,76            | 341,09                                   | 0,61                  |
| 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                  | 29    | 2,00              | 0,00    | 4,60             | 26,60                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 67                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ      | 200   | 4,76              | 4,55    | 7,22             | 89,41                                    | 9,93                  |
| 2012                          | 282                 | БИТОЧКИ МЯСНЫЕ                            | 70    | 8,67              | 10,57   | 9,53             | 167,83                                   | 0,35                  |
| 2012                          | 205                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ   | 130   | 4,84              | 4,58    | 30,90            | 184,22                                   | 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       | 46    | 3,05              | 0,40    | 19,50            | 93,82                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 655   | 23,32             | 20,10   | 81,43            | 600,58                                   | 10,28                 |
| Полдник уплотненный           |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 259                 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                   | 70    | 8,22              | 8,40    | 2,78             | 119,64                                   | 0,83                  |
| 2008                          | 323                 | РИС РАССЫПЧАТЫЙ                           | 130   | 3,10              | 4,48    | 32,48            | 182,67                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 123                 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ<br>(аллергики)         | 130   | 2,58              | 0,52    | 20,39            | 96,82                                    | 18,54                 |
| 2012                          | 372                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                   | 180   | 0,13              | 0,13    | 12,69            | 53,14                                    | 1,27                  |
| 2008                          |                     | ПРЯНИКИ                                   | 28    | 1,64              | 1,30    | 20,81            | 101,57                                   | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                | 20    | 1,48              | 0,57    | 10,12            | 51,58                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 428   | 14,57             | 14,88   | 78,88            | 508,60                                   | 2,10                  |
| Всего                         |                     |                                           |       | 45,99             | 49,53   | 226,27           | 1 536,27                                 | 16,99                 |

Медицинская сестра



Широкова Вера Александровна



Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

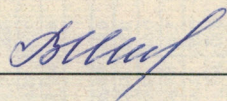
# МЕНЮ

8 сентября 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   | 3,87              | 6,31    | 16,41            | 138,18                                   | 0,49                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                           | 150   | 0,04              | 0,00    | 7,95             | 31,91                                    | 0,01                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                        | 5     | 0,03              | 4,13    | 0,04             | 37,40                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ              | 20    | 1,48              | 0,57    | 10,12            | 51,58                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                         | 355   | 5,42              | 11,01   | 34,52            | 259,07                                   | 0,50                  |
| 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                | 29    | 2,00              | 0,00    | 4,60             | 26,60                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 67                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ    | 150   | 3,99              | 4,10    | 5,51             | 75,52                                    | 7,55                  |
| 2012                          | 282                 | БИТОЧКИ МЯСНЫЕ                          | 60    | 7,46              | 9,37    | 8,65             | 148,54                                   | 0,34                  |
| 2012                          | 205                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 110   | 4,29              | 3,75    | 27,38            | 160,60                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ               | 150   | 0,00              | 0,00    | 7,87             | 31,45                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ     | 31    | 2,03              | 0,27    | 12,98            | 62,46                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                         | 530   | 19,77             | 17,49   | 66,99            | 505,17                                   | 7,89                  |
| Полдник уплотненный           |                     |                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 259                 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                 | 60    | 7,04              | 7,27    | 2,35             | 103,00                                   | 0,71                  |
| 2008                          | 323                 | РИС РАССЫПЧАТЫЙ                         | 110   | 2,71              | 3,64    | 28,45            | 157,37                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 372                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                 | 150   | 0,11              | 0,11    | 10,38            | 43,49                                    | 1,06                  |
| 2023                          |                     | ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ                           | 125   | 0,73              | 0,24    | 23,04            | 99,43                                    | 0,80                  |
| 2008                          |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ              | 20    | 1,48              | 0,57    | 10,12            | 51,58                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                         | 465   | 12,07             | 11,83   | 74,34            | 454,87                                   | 2,57                  |
| Всего                         |                     |                                         |       | 38,26             | 40,53   | 196,05           | 1 305,11                                 | 14,96                 |

Медицинская сестра



Широкова Вера Александровна