

Утверждаю

. Заведующий  
ГБДОУ №11  
/Граф Н.Р./

**МЕНЮ**  
**21 ноября 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		
<b>Завтрак</b>								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,18	0,46	11,84	55,60	2,15
2024	51	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	130	6,91	6,34	26,56	191,76	0,03
2024	23	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,75	2,37	11,25	77,96	0,51
2024	48	АПЕЛЬСИН	88	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
<b>Итого</b>			<b>388</b>	<b>11,70</b>	<b>9,36</b>	<b>57,35</b>	<b>366,17</b>	<b>59,69</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	167	4,67	4,17	7,52	94,18	1,17
<b>Итого</b>			<b>167</b>	<b>4,67</b>	<b>4,17</b>	<b>7,52</b>	<b>94,18</b>	<b>1,17</b>
<b>Обед</b>								
2008	59	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ	40	3,59	7,08	3,07	90,40	1,55
2024	30	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/15/5	5,28	6,59	9,58	121,32	5,18
2012	122	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	45	6,86	6,95	3,31	103,09	0,07
2012	320	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	105	2,55	1,85	5,75	50,39	23,12
2024	31	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,53	0,12	21,92	91,79	0,00
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	12	0,94	0,36	6,43	32,75	0,00
<b>Итого</b>			<b>552</b>	<b>21,74</b>	<b>23,21</b>	<b>62,78</b>	<b>550,93</b>	<b>29,92</b>
<b>Полдник</b>								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	0,99	5,54	3,96
2012	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130	10,28	18,66	8,05	241,55	1,05
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНОМ	150/12	0,05	0,04	8,86	34,39	0,15
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	40	3,68	5,10	24,05	156,76	0,06
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
<b>Итого</b>			<b>402</b>	<b>16,32</b>	<b>24,10</b>	<b>54,67</b>	<b>499,43</b>	<b>5,22</b>
<b>Всего</b>				<b>54,43</b>	<b>60,84</b>	<b>182,32</b>	<b>1 510,71</b>	<b>96,00</b>

Медсестра / \_\_\_\_\_