

Утверждаю

. Заведующий
ГБДОУ №11
/Граф Н.Р./

МЕНЮ
21 ноября 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	25	1,16	3,40	14,14	90,79	3,68
2024	ТК № 60	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	5,62	5,69	27,48	184,27	0,53
2024	ТК № 61	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,84	2,45	10,91	77,78	0,53
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			500	13,12	14,67	58,17	423,48	5,62
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	5,96	5,13	9,86	110,83	1,10
Итого			200	5,96	5,13	9,86	110,83	1,10
Обед								
2024	ТК № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,26	7,04	5,03
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	175/15/10	6,67	6,79	11,21	137,57	6,12
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	195	15,10	15,34	34,07	334,91	15,88
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,07	0,00	19,76	78,76	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,97	0,76	13,49	68,78	0,00
Итого			689	26,69	23,27	95,69	703,55	27,03
Полдник								
2024	ТК № 63	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	70	11,08	5,44	7,65	123,69	0,59
2024	ТК № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА)	130	2,70	8,61	17,25	158,08	10,48
2024	ТК № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,91	0,05	16,25	69,92	0,29
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60	4,23	6,81	20,36	159,91	6,05
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			475	21,24	21,22	76,35	582,99	17,41
Всего			67,01	64,29	240,07	1 820,85	51,16	

Медсестра / _____