



утверждаю

Заведующий
ГБДОУ д/с №11
Русакова О.П./

МЕНЮ

28 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		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,05	3,35	6,58	58,28	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ ОЛИВЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,10	0,40
2008	131	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	130	3,20	4,50	34,10	190,00	0,00
	ТК№03 5	ЧАЙ С САХАРОМ	180/5	0,00	0,00	8,40	33,60	0,06
Итого			371	6,85	9,95	35,88	245,98	1,36
II Завтрак								
2008	442	ПРОДУКЦИЯ СОКОВАЯ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0,47	1,82	2,53	28,84	0,08
		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (аллергии)	37	0,28	0,00	0,64	4,78	0,74
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,30	5,60	9,80	97,40	4,00
2008	89	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ (аллергии)	150/10	2,52	2,92	6,66	63,13	3,48
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	55	8,13	11,05	1,84	139,31	0,32
2008	272	БИТОНЕР ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии)	40	5,91	7,23	8,97	124,54	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	2,94	2,48	14,26	89,61	0,00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	95	1,79	3,28	14,66	95,47	7,41
	ТК№03 6	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	ТК№01 5	ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	23	1,53	0,18	9,63	46,53	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	14	1,03	0,47	7,24	36,94	0,00
Итого			547	18,50	21,70	63,40	512,13	5,00
Полдник								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	35	0,26	0,00	0,87	4,87	1,39
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	85	9,80	9,24	9,45	100,80	4,83
	ТК№03 1	КОМПЛОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	20,80	85,00	0,00
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	13	0,89	0,11	5,70	27,59	0,00
2008	464	СЛОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	45	2,54	3,05	25,18	141,99	0,00
Итого			328	14,79	12,40	62,00	360,25	6,22
Всего				40,14	44,05	161,28	1 118,36	12,58

Шеф повар (зав. производством)

Мустафеева М.Г.