

Утверждаю



И.о.заведующего  
МДОУ №4 "Буратино"  
Зимина О.А./

**МЕНЮ**  
2 октября 2023 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>								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.2	4.9	16.6	126	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3.6	3.5	14.1	103	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.1	15	112	0
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>9.8</b>	<b>13.5</b>	<b>45.7</b>	<b>341</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0.2</b>	<b>23</b>	<b>92</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	150	3.6	3	7.9	75	0.6
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2.5	4	42.3	172	0
2010	55	ГУЛЯШ	30/30	11.8	12.7	3.5	175	0.7
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4.7	19	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОИ	40	2.6	0.4	19	82	0
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>20.5</b>	<b>20.1</b>	<b>77.4</b>	<b>523</b>	<b>1.3</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4.4	4.7	6.8	87	0
2008	К/К	СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	24	2.6	1.1	20	99	0
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	140	7.9	9.1	16.6	183	13.8
2010	96	ЧАИ С САХАРОМ	150	0.1		6.6	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.9	73	0
<b>Итого</b>			<b>489</b>	<b>16.9</b>	<b>15.7</b>	<b>64.9</b>	<b>469</b>	<b>13.8</b>
<b>Всего</b>				<b>48.2</b>	<b>49.5</b>	<b>211</b>	<b>1425</b>	<b>19.1</b>

Диетсестра \_\_\_\_\_ Громова Е.А.

Повар \_\_\_\_\_ Яковлева Е.Н.

Утверждаю

И.о. заведующего  
МДОУ №4 "Буратино"  
Зими́на О.А./



**МЕНЮ**  
2 октября 2023 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	4.9	6.1	20.4	155	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	130	5	4.1	30.8	181	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4.1	4	16.3	119	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2.4	6.7	17.8	140	0
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>11.4</b>	<b>16.8</b>	<b>54.5</b>	<b>414</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0.5		11.3	48	0.2
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0.5</b>		<b>11.3</b>	<b>48</b>	<b>0.2</b>
<b>Обед</b>								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	180	4.2	3.7	9.5	90	0.6
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6.8	7	17.4	151	0
2010	55	ГУЛЯШ	40/40	14	14.8	4	206	0.8
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6.8	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>28.3</b>	<b>26</b>	<b>61.5</b>	<b>577</b>	<b>1.4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	118	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	180			174.6	702	0
2008	К/К	СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	24	2.7	1.1	20	99	0
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	160	9	10.3	18.8	206	15.4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.2	0.1	15	60	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
<b>Итого</b>			<b>574</b>	<b>14.2</b>	<b>12.4</b>	<b>246.1</b>	<b>1154</b>	<b>15.4</b>
<b>Всего</b>				<b>54.4</b>	<b>55.2</b>	<b>373.4</b>	<b>2193</b>	<b>17</b>

Диетсестра \_\_\_\_\_ Громова Е.А.

Повар \_\_\_\_\_ Яковлева Е.Н.