

Утверждаю

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

МЕНЮ
11 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		
Завтрак								
2010	38	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.2	5.2	18.6	137	0.5
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	165	3.8	4	12.1	101	0.6
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	9	2.3	2.7		33	0.1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1.7	0.7	13.7	67	0
Итого			347	12	12.6	44.4	338	1.2
II Завтрак								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
Итого			200	1	0.2	23	92	4
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150	4.4	3.5	10.2	94	4.5
2008	346	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	110	2.9	2.8	12	86	24
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРЫ	60	10.4	7.1	9.6	144	0.1
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0.1	0.1	9.9	42	1.2
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19.1	83	0
Итого			510	20.4	13.9	60.8	449	29.8
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.2	0.1	7.5	36	27.1
2010	77	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2.1	3.1	17.5	107	8.8
2010	51	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	4.8	5.8	8.2	109	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.1	25	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1.7	0.7	13.7	67	0
2008	К/К	ЯБЛОКО	135	0.5	0.5	13.2	64	13.5
Итого			628	9.4	10.2	66.2	408	49.4
Всего				42.8	36.9	194.4	1287	84.4

Диетсестра Громова Е.А.

Повар Яковлева Е.Н.

