

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
12 октября 2023 г.

Ясли 12 часов

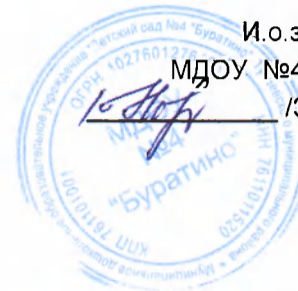
Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.1	5.7	14.1	126	0.5
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3.1	3.2	14.2	101	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.1	14.9	111	0
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>9.2</b>	<b>14</b>	<b>43.2</b>	<b>338</b>	<b>0.5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	160	0.2		9.4	39	0
<b>Итого</b>			<b>160</b>	<b>0.2</b>		<b>9.4</b>	<b>39</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯИЦОМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	5.1	4.6	10.5	107	5.2
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2.6	3.8	17.6	121	0
2008	375	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8.8	6.5	4.6	127	6.6
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0.4	1.8	2.1	26	2.5
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	150			15.8	78	1.1
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>19.5</b>	<b>17.1</b>	<b>69.6</b>	<b>541</b>	<b>15.4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4.2	4.7	6.8	87	0.8
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	140	8.7	10.6	22.7	224	11.4
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	160	0.1		7.1	29	0.3
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
<b>Итого</b>			<b>475</b>	<b>14.9</b>	<b>16.1</b>	<b>51.4</b>	<b>413</b>	<b>12.5</b>
<b>Всего</b>				<b>43.8</b>	<b>47.2</b>	<b>173.6</b>	<b>1331</b>	<b>28.4</b>

Диетсестра \_\_\_\_\_ Громова Е.А.

Повар \_\_\_\_\_ Яковлева Е.Н.

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
12 октября 2023 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	3	6.7	13.2	142	0
2008	186	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2.1	6.1	14.8	122	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3.1	4.3	17.8	124	0
2008	430	ЧАИ 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>8.5</b>	<b>17.7</b>	<b>48.8</b>	<b>406</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.2		12.5	51	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0.2</b>		<b>12.5</b>	<b>51</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯИЦОМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	6	5.6	12.8	128	6.3
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (аллергики)	180	3.9	6.1	3.8	86	10.6
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3	4.5	20.7	143	0
2008	375	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	10.2	7.4	5.5	148	7.7
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0.5	3.1	3.4	44	4
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	180			18.9	92	1.4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>23</b>	<b>21.1</b>	<b>85.1</b>	<b>658</b>	<b>19.4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	180	5	5.5	8.1	105	0.9
2008	430	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	160	10.1	12.3	26	257	12.9
2008	431	ЧАИ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.2	0.1	15	60	0
2008	430	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>17.6</b>	<b>18.8</b>	<b>66.8</b>	<b>509</b>	<b>13.8</b>
<b>Всего</b>				<b>49.3</b>	<b>57.6</b>	<b>213.2</b>	<b>1624</b>	<b>33.2</b>

Диетсестра \_\_\_\_\_ Громова Е.А.

Повар \_\_\_\_\_ Яковлева Е.Н.