

Утверждаю

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



# МЕНЮ

13 ноября 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	2.7	4.4	21.3	134	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3.1	3.2	14.2	101	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.2	15	113	0
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>7.8</b>	<b>12.8</b>	<b>50.5</b>	<b>348</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	3.2	7.9	76	0.6
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2.5	4	42.3	172	0
2010	55	ГУЛЯШ	30/30	11.9	12.9	3.6	178	0.7
2008	К/К	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0.3	0.1	1.1	7	7.5
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4.7	19	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>20.9</b>	<b>20.6</b>	<b>78.6</b>	<b>534</b>	<b>8.8</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4.2	4.7	6.8	87	0.8
2008	К/К	СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	20	2.2	0.9	16.6	82	0
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	140	7.8	9.1	16.7	183	13.8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.7	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.9	73	0
<b>Итого</b>			<b>485</b>	<b>16.2</b>	<b>15.5</b>	<b>61.7</b>	<b>452</b>	<b>14.6</b>
<b>Всего</b>				<b>45.9</b>	<b>49.1</b>	<b>213.8</b>	<b>1426</b>	<b>27.4</b>

Диетсестра Гр Громова Е.А.

Повар Я Яковлева Е.Н.

Утверждаю

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

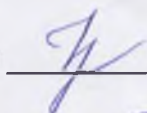
# МЕНЮ

13 ноября 2023 г.

Сад 12 часов

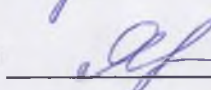
Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	3	6.5	16.5	141	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	130	4.8	2.9	30.3	167	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3.1	4.3	17.8	124	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	37	2.4	6.7	17.8	140	0
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>8.5</b>	<b>17.5</b>	<b>52.1</b>	<b>405</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0.5		11.3	47	0.2
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0.5</b>		<b>11.3</b>	<b>47</b>	<b>0.2</b>
<b>Обед</b>								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	180	4.2	3.7	9.4	90	0.6
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6.8	7	17.4	151	0
2010	55	ГУЛЯШ	40/40	14	14.9	4.1	206	0.8
2008	К/К	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0.6	0.1	1.9	12	12.6
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>670</b>	<b>28.9</b>	<b>26.2</b>	<b>63.4</b>	<b>589</b>	<b>14</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	118	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	180			174.6	702	0
2008	К/К	СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	20	2.2	0.9	16.6	82	0
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	160	9	10.2	18.9	205	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>570</b>	<b>13.7</b>	<b>12.1</b>	<b>242.8</b>	<b>1136</b>	<b>15.4</b>
<b>Всего</b>				<b>51.6</b>	<b>55.8</b>	<b>369.6</b>	<b>2177</b>	<b>29.6</b>

Диетсестра



Громова Е.А.

Повар



Яковлева Е.Н.