

Утверждаю

Заведующий  
МДОУ №4 "Буратино"  
/Зими́на О.А./



# МЕНЮ

9 января 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.1	5.2	16	126	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.5	27	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.2	14.9	112	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>6.2</b>	<b>10.4</b>	<b>37.4</b>	<b>265</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	130	0.1		6.9	28	0
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>0.1</b>		<b>6.9</b>	<b>28</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150	4.7	5.7	9.5	107	3.8
2010	58	ПЛОВ С МЯСОМ	150	8.9	13.5	31.8	278	1.1
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4.6	18	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>16.2</b>	<b>19.6</b>	<b>64.9</b>	<b>485</b>	<b>4.9</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	11.3	14.1	1.4	177	0
2012	4	ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ	30	0.9		1.7	10	1.2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.2	25	0
2008	К/К	ПЕЧЕНЬЕ	30	2.3	2.9	22.3	125	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.6	11.8	58	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>16.1</b>	<b>17.6</b>	<b>43.4</b>	<b>395</b>	<b>1.2</b>
<b>Всего</b>				<b>38.6</b>	<b>47.6</b>	<b>152.6</b>	<b>1173</b>	<b>6.1</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_ Громова Е.А.

Повар \_\_\_\_\_ Яковлева Е.Н.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

# МЕНЮ

9 января 2025 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	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	4.6	6.4	19.2	151	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.2	0.1	15	60	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	6.6	15.2	127	0
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>6.8</b>	<b>13.1</b>	<b>49.4</b>	<b>338</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.2		9.6	40	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0.2</b>		<b>9.6</b>	<b>40</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180	5.6	6.8	11.4	131	4.7
2010	58	ПЛОВ С МЯСОМ	180	13.1	21.7	21.9	284	1.2
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	170			6.3	25	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
<b>Итого</b>			<b>580</b>	<b>22</b>	<b>29</b>	<b>63.4</b>	<b>543</b>	<b>5.9</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	115	13	16.4	1.6	205	0
2012	4	ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ	39	1.2		2.2	13	1.3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.2	0.1	15	60	0
2008	К/К	ПЕЧЕНЬЕ	30	2.3	2.9	22.3	125	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
<b>Итого</b>			<b>389</b>	<b>18.6</b>	<b>20.2</b>	<b>55.9</b>	<b>476</b>	<b>1.6</b>
<b>Всего</b>				<b>47.6</b>	<b>62.3</b>	<b>178.3</b>	<b>1397</b>	<b>7.5</b>

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.