

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

# МЕНЮ

10 января 2025 г.

Ясли 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>								
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.5	5.6	16.6	134	0.5
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	2.1	2.2	8.8	64	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.2	14.9	112	0
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>8.6</b>	<b>13</b>	<b>40.3</b>	<b>310</b>	<b>0.5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	130	0.3		7.9	33	0.1
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>0.3</b>		<b>7.9</b>	<b>33</b>	<b>0.1</b>
<b>Обед</b>								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150	4.7	5.7	9.5	107	3.8
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2.5	3.6	15.3	104	7.2
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	60	10.6	10.9	13.4	193	0.2
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>510</b>	<b>20.4</b>	<b>20.6</b>	<b>73</b>	<b>564</b>	<b>12.3</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	150	3.8	4.8	13.2	110	0.6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.6	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	4.2	5	35.9	204	0
<b>Итого</b>			<b>385</b>	<b>10</b>	<b>10.6</b>	<b>70.5</b>	<b>414</b>	<b>0.6</b>
<b>Всего</b>				<b>39.3</b>	<b>44.2</b>	<b>191.7</b>	<b>1321</b>	<b>13.5</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_

Громова Е.А.

Повар \_\_\_\_\_

Яковлева Е.Н.

Утверждаю



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

# МЕНЮ

10 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>								
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5.6	7	21.2	169	0.6
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.3	3	14.2	112	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	6.6	15.2	127	0
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>9.9</b>	<b>16.6</b>	<b>50.6</b>	<b>408</b>	<b>0.6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	130	0.3		7.9	33	0.1
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>0.3</b>		<b>7.9</b>	<b>33</b>	<b>0.1</b>
<b>Обед</b>								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180	5.6	6.8	11.4	131	4.7
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2.9	4.2	17.6	120	8.3
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	70	12.3	12.6	15.6	224	0.4
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	170			17.9	87	1.3
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>24.1</b>	<b>24.1</b>	<b>86.3</b>	<b>665</b>	<b>14.7</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	180	4.1	5.8	19.5	143	0
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
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	4.2	4.9	35.9	203	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>10.8</b>	<b>11.7</b>	<b>88.1</b>	<b>493</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>45.1</b>	<b>52.4</b>	<b>232.9</b>	<b>1599</b>	<b>15.4</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_

Громова Е.А.

Повар \_\_\_\_\_

Яковлева Е.Н.