

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 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		
Завтрак								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	2.7	4.3	21.7	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	14.9	112	0
Итого			340	7.8	12.7	50.8	347	0
II Завтрак								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
Итого			200	1	0.2	23	92	4
Обед								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЁНЫМ С ГОВЯДИНОЙ	150	5.9	2.9	14.4	112	4.5
2010	79	ПЮРЕ "РОЗОВОЕ"	110	2.4	3.8	14.3	102	6.4
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	3.3	4.2	4	99	0
2008	439	НАПИТОК ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	150			11.6	66	1.6
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			510	14.2	11.3	63.3	461	12.5
Уплотненный полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140	13.7	16.1	10.5	240	14
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ	40	0.6	1.7	3.6	49	0
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
Итого			355	16.3	18.6	35.5	389	14
Всего				39.3	42.8	172.6	1289	30.5

Старшая медсестра _____

Громова Е.А.

Повар _____

Яковлева Е.Н.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

13 января 2025 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		
Завтрак								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	3	6.5	16.5	141	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1.4	5	19.7	125	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
Итого			397	8.5	17.5	52.1	405	0
II Завтрак								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.2		10.4	43	0
Итого			150	0.2		10.4	43	0
Обед								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ С ГОВЯДИНОЙ	180	7	3.3	17.5	132	5.4
2010	79	ПЮРЕ "РОЗОВОЕ"	130	2.8	4.3	15.7	113	6.9
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11.2	6.2	6.5	112	0
2008	141	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	165	9.7	12.9	15.5	219	16.5
2008	439	НАПИТОК ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	170			13.2	75	1.8
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			600	24.3	14.3	76.7	535	14.1
Уплотненный полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	15.4	18.1	12.1	272	16
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ	50	0.9	2.6	3.8	57	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
Итого			420	18.8	21.7	48.6	476	16
Всего				51.8	53.5	187.8	1459	30.1

Старшая медсестра _____

Громова Е.А.

Повар _____

Яковлева Е.Н.