

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./



# МЕНЮ

15 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	38	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.1	5.3	18.4	136	0.5
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	160	4	4	12.4	103	0.6
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2.9	3.4		42	0.1
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
<b>Итого</b>			<b>347</b>	<b>12.9</b>	<b>13.5</b>	<b>45.6</b>	<b>354</b>	<b>1.2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	130	0.3		6.7	28	0.1
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>0.3</b>		<b>6.7</b>	<b>28</b>	<b>0.1</b>
<b>Обед</b>								
2008	91	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	2.4	3.2	17.4	84	8
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2.1	3.2	32.2	145	0
2008	375	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	4.7	7.2	10.7	131	0
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0.1	0.1	10	42	1.2
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>11.9</b>	<b>14.1</b>	<b>89.3</b>	<b>484</b>	<b>9.2</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	150	4.2	4.7	6.8	87	0.8
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12.3	15.5	2.3	196	0.2
2012	4	ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ	30	0.9		1.7	10	1.2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.5	26	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
2008	К/К	СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	30	3.3	1.4	24.9	123	0
<b>Итого</b>			<b>505</b>	<b>22.7</b>	<b>22.4</b>	<b>57</b>	<b>515</b>	<b>2.2</b>
<b>Всего</b>				<b>47.8</b>	<b>50</b>	<b>198.6</b>	<b>1381</b>	<b>12.7</b>

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ, №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

**МЕНЮ**

15 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	38	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5.1	6.5	24.1	172	0.6
2008	189	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1.9	5.3	19.1	126	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4.5	4.5	14.9	120	0.7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3.7	4.3		53	0.1
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>15.6</b>	<b>16.2</b>	<b>56.7</b>	<b>432</b>	<b>1.4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.4		9	38	0.1
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0.4</b>		<b>9</b>	<b>38</b>	<b>0.1</b>
<b>Обед</b>								
2008	91	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	2.1	4.5	17.4	106	8
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3	4.5	20.7	143	0
2008	375	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	10.3	7.8	6	154	7.9
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	170	0.1	0.1	12.3	52	1.4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>18.8</b>	<b>17.4</b>	<b>80.2</b>	<b>558</b>	<b>17.3</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4.2	4.7	6.8	87	0.8
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	14.3	17.9	2.6	229	0.2
2012	4	ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ	40	1.2		2.3	14	1.6
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
2008	К/К	СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	30	3.3	1.4	24.9	123	0
<b>Итого</b>			<b>570</b>	<b>25.5</b>	<b>25</b>	<b>69.3</b>	<b>600</b>	<b>2.6</b>
<b>Всего</b>				<b>60.3</b>	<b>58.6</b>	<b>215.2</b>	<b>1628</b>	<b>21.4</b>

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.