

Утверждаю

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

МЕНЮ

17 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		
Завтрак								
2010	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.4	5.3	17.9	136	0.5
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1.4	9.8	24.5	188	0
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	2.1	2.2	8.8	64	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	160	0.1		9.9	40	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2.9	3.4		42	0.1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
Итого			347	11.3	11.7	41.5	315	0.6
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	150	4.6	4.9	6	86	0
Итого			150	4.6	4.9	6	86	0
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	1.9	2.4	17.2	52	0
2008	284	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	100/40	12.9	14.8	16.1	247	1.3
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0.7	2.8	3.8	43	1.8
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4.7	19	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			520	18.1	20.4	60.8	443	3.1
Уплотненный полдник								
2010	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4.5	4.7	14.3	118	0.6
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	115	4.1	7.6	25.7	188	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.5	26	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ЯЙЦОМ	75	7.2	9.8	28.9	230	0
Итого			400	13.7	15.3	64.5	447	0.6
Всего				47.7	52.3	172.8	1291	4.3

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.

Утверждаю

Заведующий
МДОУ №4 "Буратино"
/Зими́на О.А./**МЕНЮ**
17 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5.5	6.7	23	173	0.6
2008	185	КАША ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2.3	5.5	18.2	127	0
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.3	3	14.2	112	0
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	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
Итого			405	13.8	14.9	54.9	425	0.7
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	180	5.4	5.8	7.2	102	0
Итого			180	5.4	5.8	7.2	102	0
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	5	4	9.8	142	0
2008	284	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	120/50	14.6	16.8	18.5	281	1.5
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0.8	3.5	4.9	54	2.3
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	170			6.4	25	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			620	23.7	24.8	63.4	605	3.8
Уплотненный полдник								
2010	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4.1	5.8	20.5	143	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	130	4.9	4.1	30.4	178	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.2	0.1	15	60	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ЯЙЦОМ	75	7.2	9.7	28.7	230	0
Итого			465	13.8	16.5	81.9	520	0
Всего				56.7	62	207.4	1652	4.5

Старшая медсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.