

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

# МЕНЮ

20 января 2025 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая 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	2.7	4.4	21.3	134	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3.1	3.2	14.2	101	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	160	0.1		9.9	40	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.2	14.9	113	0
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>7.8</b>	<b>12.8</b>	<b>50.4</b>	<b>348</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.4		9.2	39	0.1
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0.4</b>		<b>9.2</b>	<b>39</b>	<b>0.1</b>
<b>Обед</b>								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	150	3.6	3.2	7.9	77	0.7
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2.5	4	42.3	172	0
2010	55	ГУЛЯШ	30/30	10.6	11.5	3.4	161	0.7
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4.7	19	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>19.3</b>	<b>19.1</b>	<b>77.3</b>	<b>511</b>	<b>1.4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	140	7.8	8.8	16.6	181	13.8
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
<b>Итого</b>			<b>315</b>	<b>9.8</b>	<b>9.6</b>	<b>37.9</b>	<b>280</b>	<b>13.8</b>
<b>Всего</b>				<b>37.3</b>	<b>41.5</b>	<b>174.8</b>	<b>1178</b>	<b>15.3</b>

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

# МЕНЮ

20 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	3	6.5	16.5	141	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	130	4.9	4.1	30.4	178	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
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>8.5</b>	<b>17.5</b>	<b>52.1</b>	<b>405</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.4		9.3	40	0.1
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0.4</b>		<b>9.3</b>	<b>40</b>	<b>0.1</b>
<b>Обед</b>								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	180	4.2	3.7	9.5	90	0.8
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6.8	7	17.4	151	0
2010	55	ГУЛЯШ	40/40	14	14.8	4	206	0.8
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	170			6.4	26	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>28.3</b>	<b>26</b>	<b>61.1</b>	<b>576</b>	<b>1.6</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.3	0.1	9.5	46	33.2
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	160	9	10.2	18.9	206	15.4
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
<b>Итого</b>			<b>520</b>	<b>11.8</b>	<b>11.3</b>	<b>61.1</b>	<b>399</b>	<b>48.6</b>
<b>Всего</b>				<b>49</b>	<b>54.8</b>	<b>183.6</b>	<b>1420</b>	<b>50.3</b>

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.