

Утверждаю

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

## МЕНЮ

27 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>								
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	113	0
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>7.8</b>	<b>12.7</b>	<b>50.8</b>	<b>348</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0.2</b>	<b>23</b>	<b>92</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ С ГОВЯДИНОЙ	150	5.9	2.8	14.5	111	4.5
2010	79	ПЮРЕ "РОЗОВОЕ"	110	2.4	3.8	14.3	101	6.3
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	3.3	4.2	4	99	0
2008	439	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	150			11.6	66	1.6
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>14.2</b>	<b>11.2</b>	<b>63.4</b>	<b>459</b>	<b>12.4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	130	0.3		7.4	31	0.1
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140	13.6	15.9	10.5	239	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
<b>Итого</b>			<b>485</b>	<b>16.5</b>	<b>18.4</b>	<b>42.9</b>	<b>419</b>	<b>14.1</b>
<b>Всего</b>				<b>39.5</b>	<b>42.5</b>	<b>180.1</b>	<b>1313</b>	<b>30.5</b>

Старшая медсестра

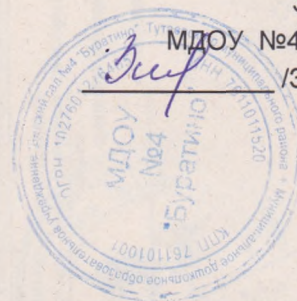
Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.

Утверждаю

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



# МЕНЮ

27 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
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	35	2.4	6.7	17.8	140	0
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>8.5</b>	<b>17.5</b>	<b>52.1</b>	<b>405</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.2		10.4	43	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0.2</b>		<b>10.4</b>	<b>43</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ С ГОВЯДИНОЙ	180	7	3.3	17.3	132	5.4
2010	79	ПЮРЕ "РОЗОВОЕ"	130	2.8	4.3	15.7	114	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
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>24.3</b>	<b>14.3</b>	<b>76.5</b>	<b>536</b>	<b>14.1</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.4		9.3	40	0.1
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	15.5	18.1	11.9	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
<b>Итого</b>			<b>570</b>	<b>19.3</b>	<b>21.7</b>	<b>57.7</b>	<b>516</b>	<b>16.1</b>
<b>Всего</b>				<b>52.3</b>	<b>53.5</b>	<b>196.7</b>	<b>1500</b>	<b>30.2</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_ Громова Е.А.

Повар \_\_\_\_\_ Яковлева Е.Н.