

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

28 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ | 150 | 4.5 | 5.2 | 18.7 | 141 | 0.5 |
| 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 |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 2 | 5.1 | 14.9 | 112 | 0 |
| Итого | | | 340 | 8.6 | 12.5 | 42.4 | 317 | 0.5 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 150 | 4.6 | 4.9 | 6 | 86 | 0 |
| Итого | | | 150 | 4.6 | 4.9 | 6 | 86 | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 23 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ | 40 | 0.4 | 4.1 | 2.4 | 60 | 7.2 |
| 2008 | 84 | СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150 | 2.8 | 2.7 | 7.6 | 63 | 17.6 |
| 2010 | 58 | ПЛОВ С МЯСОМ | 150 | 7.6 | 13.8 | 28.9 | 314 | 1 |
| 2010 | 91 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 4.6 | 18 | 0 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2.6 | 0.4 | 19 | 82 | 0 |
| Итого | | | 530 | 13.4 | 21 | 62.5 | 537 | 25.8 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 102 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4.2 | 4.7 | 6.8 | 87 | 0.8 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 150 | 0.1 | | 9.8 | 39 | 0 |
| 2008 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 120/30 | 13.4 | 14.2 | 39 | 302 | 0 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 150 | 0.1 | | 4.8 | 20 | 0.3 |
| 2008 | К/К | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 2.3 | 2.9 | 22.3 | 125 | 0 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1.5 | 0.6 | 11.8 | 58 | 0 |
| Итого | | | 500 | 21.5 | 22.4 | 84.7 | 592 | 1.1 |
| Всего | | | | 48.1 | 60.8 | 195.6 | 1532 | 27.4 |

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.

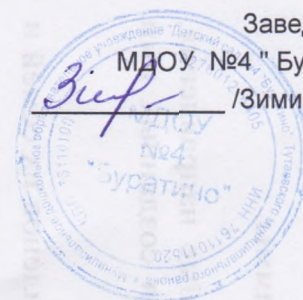
ДОТФ

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./



МЕНЮ

28 января 2025 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|----------------------------|---------------|---|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 35 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ | 180 | 5.4 | 6.4 | 22.8 | 171 | 0.6 |
| 2008 | 188 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) | 180 | 2.2 | 5.2 | 17.9 | 126 | 0 |
| 2010 | 97 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2.3 | 3 | 14.2 | 112 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180 | 0.1 | | 5.1 | 20 | 0 |
| 2012 | 2 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 45 | 2.3 | 0.9 | 26.8 | 123 | 0 |
| Итого | | | 405 | 10 | 10.3 | 63.8 | 406 | 0.6 |
| 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 23 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ | 50 | 0.5 | 5.1 | 2.8 | 65 | 7.2 |
| 2008 | 84 | СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 180 | 3.7 | 4.8 | 15.2 | 131 | 17.6 |
| 2012 | 66 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (аллергики) | 180 | 4.4 | 11.1 | 3.7 | 133 | 10.6 |
| 2010 | 58 | ПЛОВ С МЯСОМ | 170 | 12.3 | 20.4 | 20.6 | 267 | 1.13 |
| 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 | 19.8 | 30.8 | 68.8 | 591 | 25.93 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 437 | КИСЕЛЬ "ВИТОШКА" С ВИТАМИНАМИ | 150 | | | 140.4 | 568 | 16.68 |
| 2008 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 150/35 | 14.2 | 21.8 | 40.9 | 350 | 0 |
| 2010 | 75 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики) | 130 | 5.5 | 4.8 | 31.3 | 191 | 0 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0.2 | 0.1 | 15 | 60 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180 | 0.1 | | 9.9 | 40 | 0 |
| 2008 | К/К | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 2.3 | 2.9 | 22.3 | 125 | 0 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1.9 | 0.8 | 14.8 | 73 | 0 |
| Итого | | | 570 | 18.6 | 25.6 | 233.4 | 1176 | 16.68 |
| Всего | | | | 53.8 | 72.5 | 373.2 | 2275 | 43.21 |

Старшая медсестра

Handwritten signature

Громова Е.А.

Повар

Handwritten signature

Яковлева Е.Н.