Заведующий МДО^ №4" Буратино" /Зимина О.А./

**МЕНЮ**

**11 февраля 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** |
| **Завтрак** |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ С МАСЛОМ | 150 | 4.5 | 5.1 | 18.8 | 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 | 5.2 | 14.9 | 112 | 0 |
| Итого | **340** | **8.6** | **12.5** | **42.5** | **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 |  | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 30 | 0.3 | 0.1 | 1.1 | 7 | 7.5 |
| 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 | **520** | **13.3** | **17** | **61.2** | **484** | **26.1** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2010 | 102 | МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ | 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 | 19 | 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** | **591** | **1.1** |
| Всего | **48** | 56.8 | **194.4** | **1478** | **27.7** |



Громова Е.А.

Яковлева Е.Н.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Сбор­ник рецеп­тур** | **№ техн, карты** | **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге­тическая ценность, ккал** | **Вита­мин С, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угле­воды, г** |
| **Завтрак** |
| 2010 | 35 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ | 180 | 5.4 | 6.4 | 22.9 | 172 | 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 |  | 9.9 | 40 | 0 |
| 2012 | 2 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 45 | 2.3 | 0.9 | 26.8 | 123 | 0 |
| Итого | **405** | **10** | **10.3** | **63.9** | **407** | **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 |  | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 30 | 0.3 | 0.1 | 1.1 | 7 | 7.6 |
| 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 |  |  | 6.5 | 26 | 0 |
|  | К/К | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3.3 | 0.5 | 23.8 | 103 | 0 |
|  | **600** | **19.6** | **25.8** | **67.2** | **534** | **26.33** |
| **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 | **53.6** | **67.5** | **371.7** | **2219** | **43.61** |



**МЕНЮ**

**11 февраля 2025 г.**

**Сад 12 часов**

Заведующий

МД №4" Буратино" /Зимина О.А./

Громова Е.А.

Яковлева Е.Н.

