

Заведующий

**МЕНЮ**

**18 февраля 2025 г.**

Сад 12 часов

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 | 33 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ С МАСЛОМ | 180 | 4,5 | 6,2 | 24,8 | 171 | 0,6 |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) | 180 | 1,4 | 9,8 | 24,5 | 188 | 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** | **9,1** | **10,1** | **65,8** | **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** |
| 2010 | 6 | БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 180 | 3,2 | 5,1 | 9,1 | 118 | 0 |
| 2012 | 66 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (аллергики) | 180 | 4,4 | 11,1 | 3,7 | 133 | 10,6 |
| 2010 | 78 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | 2,9 | 4,2 | 17,6 | 120 | 8,3 |
| 2010 | 48 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | 80 | 16,2 | 8,8 | 6,9 | 165 | 2,8 |
| 2008 | 141 | РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики) | 165 | 9,7 | 12,9 | 15,5 | 219 | 16,5 |
| 2012 | 383 | КИСЕЛЬ ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ | 170 |  |  | 17,9 | 87 | 1,3 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,3 | 0,5 | 23,8 | 103 | 0 |
| Итого | **610** | **25,6** | **18,6** | **75,3** | **593** | **12,4** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2017 | 118 | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ"ВИТОШКА" | 150 |  |  | 144,9 | 583 | 0 |
| 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 | 4,9 | 7,7 | 30,4 | 210 | 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 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,9 | 0,8 | 14,8 | 73 | 0 |
| 2008 | К/К | СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ | 30 | 3,3 | 1,4 | 24,9 | 123 | 0 |
| **Итого** | **570** | **19,6** | **24,1** | **240,5** | **1189** | **0** |
| Всего | **59,7** | **58,6** | **388,8** | **2290** | **13** |

Щ^^вДУ^й / МДОУ №4 " Буратино" \_^2^\_\_/Зимина О.А./

**МЕНЮ
18 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** |
| 2010 | 33 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ С МАСЛОМ | 150 | 3,7 | 5 | 19,3 | 135 | 0,5 |
| 2010 | 97 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 160 | 2,1 | 2,2 | 8,8 | 64 | 0 |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 2 | 5,2 | 14,9 | 112 | 0 |
| Итого | **340** | **7,8** | **12,4** | **43** | **311** | **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** |
| 2010 | 6 | БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150 | 2,9 | 2,7 | 7,6 | 63 | 0 |
| 2010 | 78 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 110 | 2,5 | 3,6 | 15,3 | 104 | 7,2 |
| 2010 | 48 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | 60 | 3,7 | 5,2 | 6,4 | **132** | 1,8 |
| 2012 | 383 | КИСЕЛЬ ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ | 150 |  |  | 15,8 | 78 | 1,1 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 19 | 82 | 0 |
| Итого | **510** | **11,7** | **11,9** | **64,1** | **459** | **10,1** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2010 | 102 | МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ | 150 | 4,2 | 4,7 | 6,8 | 87 | 0,8 |
| 2008 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 120/30 | 13,4 | 14,2 | 39,1 | 302 | 0 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 150 | 0,1 |  | 4,8 | 19 | 0,3 |
| 2008 | К\К | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,6 | 11,8 | 58 | 0 |
| 2008 | К/К | СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ | 30 | 3,3 | 1,4 | 24,9 | 123 | 0 |
| Итого | **500** | **22,5** | **20,9** | **87,4** | **589** | **1,1** |
| Всего | **46,6** | **50,1** | **200,5** | **1445** | **11,7** |

Громова Е.А.

Яковлева Е.Н.

