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

**МЕНЮ**

**19 февраля 2025 г.**

Сад 12 часов



Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Сбор­ник рецеп­тур** | **№ техн, карты** | **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге­тическая ценность, ккал** | **Вита- MtiH С, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угле­воды, г** |
| **Завтрак** |
| 2010 | 36 | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ С МАСЛОМ | 180 | **4,7** | 6,3 | 20,7 | 158 | 0,6 |
| 2008 | 184 | КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) | 180 | 2 | 10 | 23,5 | 188 | 0 |
| 2010 | 100 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 4,5 | 4,5 | 14,9 | 120 | 0,7 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180 | 0,1 |  | 9,9 | 40 | 0 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 15 | 3,7 | 4,3 |  | 53 | 0,1 |
| 2008 | К\К | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,9 | 17,7 | 87 | 0 |
| Итого | **405** | **15,2** | **16** | **53,3** | **418** | **1.4** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | к/к | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 23 | 92 | 4 |
| Итого | **200** | **1** | **0,2** | **23** | **92** | **4** |
| **Обед** |
| 2008 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 180 | 4,4 | 3,9 | 8,9 | 92 | 7,4 |
| 2010 | 75 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 130 | 3 | 4,5 | 20,7 | 143 | 0 |
| 2010 | 59 | БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ | 70 | 12,2 | 12,7 | 15,8 | 225 | 0,4 |
| 2010 | 90 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 170 | 0,1 | 0,1 | 12,3 | 52 | 1,4 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,3 | 0,5 | 23,8 | 103 | 0 |
| Итого | **600** | **23** | **21,7** | **81,5** | 615 | **9,2** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 | 410 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 0,4 |  | 9,4 | 40 | 0,1 |
| 2008 | 217 | ОМЛЕТ С РЫБОЙ | 140 | 14,7 | 23,8 | 4 | 248 | 0 |
| 2008 | 141 | РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики) | 160 | 8,7 | 12,3 | 15 | 208 | 15,7 |
| 2012 | 4 | ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ | 40 | 1,2 |  | 2,3 | 14 | 1,6 |
| 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 |
| Итого | **540** | **18,8** | **24,8** | **48,4** | **449** | **1.7** |
| Всего | **58** | **62,7** | **206,2** | **1574** | **16,3** |

**МЕНЮ**

**19 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 | 36 | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ | 150 | 4 | 5,1 | 17 | 128 | 0,5 |
| 2010 | 100 | КАКАО С МОЛОКОМ | 160 | 4 | 4 | 12,2 | 102 | 0,6 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 160 | 0,1 |  | 9,9 | 40 | 0 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 12 | 2,9 | 3,4 |  | 42 | 0,1 |
| 2008 | к\к | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,9 | 0,8 | 14,8 | 73 | 0 |
| Итого | **347** | **12,8** | **13,3** | **44** | **345** | **1.2** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | к/к | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 23 | 92 | 4 |
| Итого | **200** | **1** | **0.2** | **23** | **92** | **4** |
| **Обед** |
| 2008 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150 | 3,8 | 3,4 | 7,3 | 79 | 6,2 |
| 2010 | 75 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 110 | 2,1 | 3,2 | 32,2 | 145 | 0 |
| 2010 | 59 | БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ | 60 | 10,6 | 10,9 | 13,5 | 193 | 0,3 |
| 2010 | 90 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 150 | 0,1 | 0,1 | 10,3 | 43 | 1,2 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 19 | 82 | 0 |
| Итого | **510** | **19,2** | **18** | **82,3** | **542** | **7,7** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 | 410 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 130 | 0,3 |  | 7,2 | 31 | 0,1 |
| 2008 | 217 | ОМЛЕТ С РЫБОЙ | 120 | 8,7 | 11,5 | 2,1 | 179 | 0 |
| 2012 | 4 | ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ | 30 | 0,9 |  | 1,7 | 10 | 1,2 |
| 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 |
| Итого | **455** | **11,9** | **12,3** | **32,4** | **320** | **1,3** |
| Всего | **44,9** | **43,8** | **181,7** | **1299** | **14,2** |

Громова Е.А.

Яковлева Е.Н.

