

**МЕНЮ  
20 февраля 2025 г.**

Ясли 12 часов

Громова Е.А.

Яковлева Е.Н.

Заведующий

ОУ №4" Буратино" /Зимина О.А./

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Сбор­ник рецеп­тур** | **№ техн, карты** | **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | | | **Энерге­тическая ценность, ккал** | **Вита­мин С, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угле­воды, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| 2010 | 32 | КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ | 150 | 4,4 | 5,4 | 17,7 | 136 | 0,5 |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) | 150 | 1,4 | 9,8 | 24,5 | 188 | 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 | 112 | 0 |
| Итого | | | **340** | **9,5** | **13,8** | **46,8** | **349** | **0,5** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ | 150 |  |  | 11,6 | 66 | 1,6 |
| Итого | | | **150** |  |  | **11,6** | **66** | **1,6** |
| **Обед** | | | | | | | | |
| 2017 | 18 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ | 150 | 4,7 | 5,9 | 9,7 | 111 | 4 |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЁНАЯ | 110 | 2,6 | 3,1 | 11 | 85 | 23,7 |
| 2012 | 305 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРЫ | 60 | 3 | **4,7** | 19,3 | 144 | 0 |
| 2010 | 91 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 |  |  | 4,6 | 1.8 | 0 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 19 | 82 | 0 |
| Итого | | | **510** | **12,9** | **14,1** | **63,6** | **440** | **27,7** |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | |
| 2010 | 102 | МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ | 150 | 4,2 | 4,7 | 6,8 | 87 | 0,8 |
| 2010 | К/К | ЯЙЦО ВАРЁНОЕ | 40 | 4,9 | 4,6 | 0,3 | 62 | 0 |
| 2010 | 3 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 140 | 2,7 | 9,9 | 15,2 | 162 | 7,7 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 150 | 0,1 |  | 6,7 | 27 | 0,3 |
| 2008 | к\к | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,9 | 0,8 | 14,8 | 73 | 0 |
| Итого | | | **505** | **13,8** | **20** | **43,8** | **411** | **8,8** |
| Всего | | | | **36,2** | **47,9** | **165,8** | **1266** | **38,6** |

**МЕНЮ**

**20 февраля 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 |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| 2010 | 32 | КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ | 180 | 5,5 | 6,7 | 23 | 172 | 0,3 |
| 2008 | 185 | КАША ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) | 180 | 2,3 | 10,3 | 23 | 190 | 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 |
| Итого | | | **395** | **11** | 17,7 | **58,6** | **436** | **0,6** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ | 150 |  |  | 11,6 | **66** | 1,6 |
| Итого | | | **150** |  |  | **11,6** | **66** | 1,6 |
| **Обед** | | | | | | | | |
| 2017 | 18 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ | 180 | 5,5 | 6,8 | 11,7 | 132 | 4,9 |
| 2008 | 88 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (аллергики) | 180 | 4,5 | 11,1 | 6,1 | 144 | 9,3 |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЁНАЯ | 130 | 3,3 | 3,8 | 13,1 | 101 | 28 |
| 2012 | 305 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРЫ | 70 | 12,5 | 6,9 | 15,2 | 172 | 0,1 |
| 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 | | | **600** | **24,6** | **18** | **70,2** | **533** | **33** |
| **Уплотненный полдник** | | | | | | | | |
| 2010 | 102 | МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ | **179** | **5** | 5,5 | 8,1 | 105 | 0,9 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180 | 0,1 |  | 9,9 | 40 | 0 |
| 2010 | К/К | ЯЙЦО ВАРЁНОЕ | 40 | 4,9 | 4,6 | 0,3 | 62 | 0 |
| 2010 | 3 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 160 | 3,2 | 11,4 | 17,7 | 186 | 9 |
| 2008 | 133 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ (аллергики) | 135 | 5,3 | 10,6 | 19,4 | 194 | 9,51 |
| 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 | 30 | 2,3 | 0,9 | 17,7 | 87 | 0 |
| Итого | | | **589** | **15,6** | 22,5 | **58,8** | **500** | **9,9** |
| Всего | | | | **51,2** | 58,2 | **199,2** | **1535** | **45,1** |

Старшая медсестра

Повар

Громова Е.А.

Яковлева Е.Н.

