,4'«И;

Заведующий

**МЕНЮ**

**24 февраля 2025 г.**

**Ясли 12 часов**

МДОУ №4" Буратино" /^ „ /Зимина О.А./



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 | 31 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯС МАСЛОМ | 150 | 2,7 | 4,3 | 21,7 | 134 | 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** | **7,8** | **12,7** | **50,8** | **347** | 0 |
| **II Завтрак** |
| 2008 | к/к | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 23 | 92 | 4 |
| Итого | **200** | **1** | **0,2** | **23** | **92** | **4** |
| **Обед** |
| 2010 | 10 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЁНЫМ С ГОВЯДИНОЙ | 150 | 5,9 | 2,9 | 14,4 | 112 | 4,5 |
| 2010 | 79 | ПЮРЕ "РОЗОВОЕ" | 110 | 2,4 | 3,8 | 14,3 | 102 | 6,4 |
| 2012 | 268 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 60 | 3,3 | 4,2 | 4 | 99 | 0 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ | 150 |  |  | 11,6 | 66 | 1,6 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 19 | 82 | 0 |
| Итого | **510** | **14,2** | **11,3** | **63,3** | **461** | **12,5** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 | 410 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 130 | 0,3 |  | 7,2 | 31 | 0,1 |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 140 | 13,7 | 16,1 | 10,5 | 240 | 14 |
| 2008 | 371 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ | 40 | 0,6 | 1,7 | 3,6 | 49 | 0 |
| 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 | **485** | **16,6** | **18,6** | **42,7** | **420** | **14,1** |
| Всего | **39,6** | **42,8** | **179,8** | **1320** | **30,6** |

**МЕНЮ**

**24 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 | 31 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯС МАСЛОМ | 180 | 3 | 6,5 | 16,5 | 141 | 0 |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) | 180 | 1,4 | 9,8 | 24,5 | 188 | 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 | 37 | 2,4 | 6,7 | 17,8 | 140 | 0 |
| Итого | **397** | **8,5** | **17,5** | **52,1** | **405** | **0** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 411 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 150 | 0,2 |  | 10,4 | 43 | 0 |
| Итого | **150** | **0,2** |  | **10,4** | **43** | **0** |
| **Обед** |
| 2010 | 10 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЁНЫМ С ГОВЯДИНОЙ | 180 | 7 | 3,3 | 17,5 | 132 | - 5,4 |
| 2010 | 79 | ПЮРЕ "РОЗОВОЕ" | 130 | 2,8 | **4,4** | 15,7 | 114 | 6,9 |
| 2012 | 268 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 70 | 11,2 | 6,2 | 6,5 | 112 | 0 |
| 2008 | 141 | РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики) | 165 | 9,7 | 12,9 | 15,5 | 219 | 16,5 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ | 170 |  |  | 13,2 | 75 | 1,8 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,3 | 0,5 | 23,8 | 103 | 0 |
| Итого | **600** | **24,3** | **14,4** | **76,7** | **536** | **14,1** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 | 410 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 0,4 |  | 9,3 | 40 | 0,1 |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 160 | 15,5 | 18,1 | 12 | 272 | 16 |
| 2008 | 371 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ | 50 | 0,9 | 2,6 | 3,8 | 57 | 0 |
| 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 | **570** | **19,3** | **21,7** | **57,8** | **516** | **16,1** |
| Всего | **52,3** | **53,6** | **197** | **1500** | **30,2** |

Старшая медсестра *у ^*Громова Е.А.

Повар Яковлева Е.Н.