

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

11 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,8	5,4	19,3	147	0,5
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2	2,1	8,2	60	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5,2	14,9	112	0
Итого			330	8,8	12,7	42,4	319	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	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,4	4,1	2,4	60	7,2
2008	84	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	2,5	2,5	14,3	149	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			530	13,1	20,8	69,2	623	25,8
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	130	3,7	4,1	5,9	76	0,7
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			480	21	21,8	83,8	580	1
Всего				47,5	60,2	201,4	1608	27,3

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Печенкина И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А.

МЕНЮ

11 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5,7	6,8	23,4	179	0,6
2008	188	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,2	10	22,7	189	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	10,3	10,7	64,4	414	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	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	0,5	5,1	2,8	65	7,2
2008	84	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	3,7	7	15,7	194	17,6
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (аллергики)	180	3,9	6,1	3,7	86	10,6
2010	58	ПЛОВ С МЯСОМ	170	12,3	20,4	20,6	267	1,13
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
Итого			630	19,8	33	69,7	656	25,93
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				54,1	75,1	374,7	2348	43,21

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Печенкина И.В.