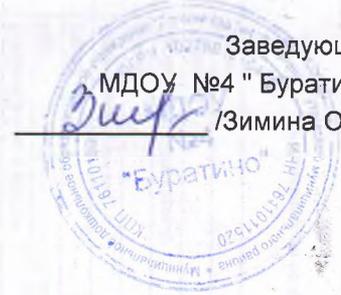


Утверждаю

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

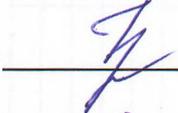


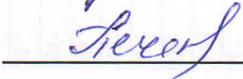
## МЕНЮ

21 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,8	5,9	16,9	139	0,5
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2	2,1	8,2	60	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	3	3,4		43	0,1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,8	14,8	73	0
<b>Итого</b>			<b>337</b>	<b>11,7</b>	<b>12,2</b>	<b>39,9</b>	<b>315</b>	<b>0,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР	150	4,6	4,9	6	86	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4,6</b>	<b>4,9</b>	<b>6</b>	<b>86</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150	2,8	2,9	13,1	71	0
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,6	3,7	15,3	105	7,2
2008	280	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	60	9,5	9,8	7	156	0,8
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЕРНИКИ	150			15,5	76	1,1
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19	82	0
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>17,5</b>	<b>16,8</b>	<b>69,9</b>	<b>490</b>	<b>9,1</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	130	0,2	0,1	6,9	33	26
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	150	3,8	4,7	13,4	110	0,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,4	26	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,8	14,8	73	0
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	75	6,4	4,2	40,3	222	0
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>12,4</b>	<b>9,8</b>	<b>81,8</b>	<b>464</b>	<b>26,6</b>
<b>Всего</b>				<b>46,2</b>	<b>43,7</b>	<b>197,6</b>	<b>1355</b>	<b>36,3</b>

Старшая медсестра  Громова Е.А.

Повар  Печенкина И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

# МЕНЮ

21 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5,9	7,4	21,6	176	0,6
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,3	10,6	21,1	187	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
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
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>14,2</b>	<b>15,6</b>	<b>53,5</b>	<b>428</b>	<b>0,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР	180	5,4	5,8	7,2	102	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5,4</b>	<b>5,8</b>	<b>7,2</b>	<b>102</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	3,4	4,9	15,8	175	0
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,9	4,2	17,6	120	8,3
2008	280	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	70	11,2	11,7	8,2	183	0,9
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЕРНИКИ	180			19	92	1,4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>20,8</b>	<b>21,3</b>	<b>84,4</b>	<b>673</b>	<b>10,6</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	9,5	46	33,2
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	180	4,1	5,8	19,5	143	0
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	3,5	7,4	37,2	220	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
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	75	6,4	4,1	40,5	223	0
<b>Итого</b>			<b>615</b>	<b>13,3</b>	<b>11</b>	<b>102,2</b>	<b>559</b>	<b>33,2</b>
<b>Всего</b>				<b>53,7</b>	<b>53,7</b>	<b>247,3</b>	<b>1762</b>	<b>44,5</b>

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Печенкина И.В.