

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

24 марта 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	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,4	5,1	17,2	131	0,5
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	2,9	3	13,4	95	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5,2	14,9	113	0
Итого			330	9,3	13,3	45,5	339	0,5
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	2,6	2	15,7	143	2,4
2010	79	ПЮРЕ "РОЗОВОЕ"	110	2,4	3,7	14,4	101	6,3
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	10,9	10,3	64,7	491	10,3
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	130	0,3		7,1	30	0,1
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	140	4,9	9	28,7	180	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			445	7,2	9,8	57,2	310	0,1
Всего				28,4	33,6	190,4	1232	14,9

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Печенкина И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

24 марта 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 ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5,1	6,6	20,9	162	0,6
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,1	4,3	17,8	124	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,4	6,7	17,8	140	0
Итого			395	10,6	17,6	56,5	426	0,6
II Завтрак								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	100	0,1		7	29	0
Итого			100	0,1		7	29	0
Обед								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ С ГОВЯДИНОЙ	180	7,1	4,9	17,8	180	2,4
2010	79	ПЮРЕ "РОЗОВОЕ"	130	2,7	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 (аллергии)	170	9,7	12,9	15,8	220	16,6
2008	439	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180			14	79	1,9
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
Итого			610	24,3	16	77,8	588	11,2
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,4		9,4	40	0,1
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	160	8,8	11,3	32,1	225	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			520	11,7	12,3	74,2	412	0,1
Всего				46,7	45,9	215,5	1455	11,9

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Печенкина И.В.