

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зимина О.А./



МЕНЮ

26 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	38	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5,4	6,9	24,4	178	0,6
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,5	4,6	14,9	120	0,7
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,7	4,3		53	0,1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	17,7	87	0
Итого			405	15,9	16,7	57	438	1,4
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,5	4,2	12,2	110	4,9
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3	4,6	37,2	153	0
2008	375	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	10,3	7,7	5,9	153	7,8
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	13,1	55	1,4
2008	КК	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
Итого			610	21,2	17,1	92,2	574	14,1
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,4	4,7	6,8	87	0
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	14,3	17,9	2,6	228	0
2012	4	ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ	40	1,2		2,3	14	1,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	17,7	87	0
Итого			540	22,4	23,6	44,4	476	1,6
Всего				59,5	57,4	193,6	1488	17,1

Старшая медсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зимина О.А./

МЕНЮ

26 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	38	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,4	5,6	18,9	142	0,5
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,8	3,8	11,8	97	0,6
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,9	3,4		43	0,1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,8	14,9	73	0
Итого			337	13	13,6	45,6	355	1,2
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	3,9	3,8	10,3	95	4
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2,1	3,2	34,9	145	0
2008	375	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	4,7	7,2	10,7	131	0
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	10,2	43	1,2
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19	82	0
Итого			510	13,4	14,7	85,1	496	5,2
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	130	3,8	4,1	5,9	76	0
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,3	15,5	2,3	196	0
2012	4	ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ	30	0,9		1,7	10	1,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,7	27	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,8	14,9	73	0
Итого			455	19	20,4	31,5	382	1,2
Всего				45,4	48,7	162,2	1233	7,6

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.