

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

25 апреля 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	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,7	5,6	18,3	141	0,5
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1,4	9,8	24,5	188	0
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2	2,1	8,2	60	0
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	11,5	11,9	41,4	317	0,6
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	150	4,6	4,9	6	86	0
Итого			150	4,6	4,9	6	86	0
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	1,9	2,4	17,2	147	0
2008	284	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	100/40	12,7	14,6	16,4	248	1,4
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,7	2,7	3,9	43	1,8
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,7	19	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19	82	0
Итого			520	17,9	20,1	61,2	539	3,2
Уплотненный полдник								
2008	439	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНИКИ	150			11,6	66	1,6
2010	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,5	4,8	14,3	119	0,6
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
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ЯЙЦОМ	75	7,2	9,8	29	231	0
Итого			550	13,7	15,4	76,5	516	2,2
Всего				47,7	52,3	185,1	1458	6

Старшая медсестра _____

Громова Е.А.

Повар _____

Яковлева Е.Н.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

25 апреля 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	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5,8	7,2	23,5	180	0,6
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	3,9	6,3	21,6	159	1
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,3	3	14,2	112	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,2	0,1	14,6	58	0
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	14,1	15,4	55,4	432	0,7
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	180	5,4	5,8	7,3	103	0
Итого			180	5,4	5,8	7,3	103	0
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	5	4,8	17,6	181	0
2008	284	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	120/50	14,5	17	18,5	282	0
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,8	3,5	4,8	53	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,9	28	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
Итого			630	23,6	25,8	71,6	647	0
Уплотненный полдник								
2008	439	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНИКИ	150			11,6	66	1,6
2010	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,1	5,8	20,5	143	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	145	4,8	10,3	30,3	233	0
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
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ЯЙЦОМ	75	7,2	9,8	28,8	231	0
Итого			615	13,8	16,6	93,6	587	1,6
Всего				56,9	63,6	227,9	1769	2,3

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.