

Утверждаю



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

МЕНЮ

29 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	4,8	6,6	25,2	177	0,6
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,3	3	14,2	112	0
2012	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	45	2,5	1	27,4	128	0,1
Итого			405	9,6	10,6	66,8	417	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								
2010	6	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,3	4,1	8,8	94	5,7
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,9	4,2	17,6	120	8,3
2010	48	РЫБА, ТУШЁННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	70	14,2	7,8	6,1	145	2,4
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЕРНИКИ	180			19	92	1,4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
Итого			610	24,7	16,6	75,3	554	17,8
Уплотненный полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/35	14,2	21,8	40,9	350	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,1	28	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	17,7	87	0
Итого			395	16,6	22,7	65,7	465	0
Всего				56,3	55,7	215,1	1539	18,5

Старшая медсестра _____

Громова Е.А.

Повар _____

Яковлева Е.Н.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ
29 апреля 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		
Завтрак								
2010	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4	5,4	19,6	141	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	113	0
Итого			330	8	12,7	42,7	314	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								
2010	6	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	3,6	3,4	7,1	79	4,8
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,5	3,7	15,3	105	7,2
2010	48	РЫБА, ТУШЁННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	3,7	5,2	6,4	132	1,8
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЕРНИКИ	150			15,9	78	1,1
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19	82	0
Итого			510	12,4	12,7	63,7	476	14,9
Уплотненный полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	13,4	14,2	39,1	302	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,1	21	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	11,8	58	0
Итого			320	15	14,8	56	381	0
Всего				40	45,1	168,4	1257	15,4

Старшая медсестра _____

Громова Е.А.

Повар _____

Яковлева Е.Н.

