

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

1 апреля 2025 г.

Ясли 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		
Завтрак								
2010	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,1	5,2	19,7	140	0
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,3	2,3	8,3	63	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5,1	15	112	0
Итого			330	8,4	12,6	43	315	0
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	3,5	7,2	79	4,9
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,6	3,6	15,3	104	7
2010	48	РЫБА, ТУШЁННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	3,7	5,2	6,4	132	1,8
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЕРНИКИ	150			15,7	77	1,1
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19	82	0
Итого			510	12,5	12,7	63,6	474	14,8
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	130	3,8	4,1	5,9	76	0
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	18	16,7	35,8	371	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		4,9	20	0,3
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	11,8	58	0
2008	К/К	СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	30	3,3	1,4	24,9	123	0
Итого			480	26,7	22,8	83,3	648	0,6
Всего				52,2	53	195,9	1523	15,4

Старшая медсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

1 апреля 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		
Завтрак								
2010	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5	6,5	25,1	176	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1,4	5	19,7	125	0
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,8	11,2	81	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		5,1	20	0
2012	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	45	2,3	0,9	26,9	123	0
Итого			405	10	10,2	63,2	380	0
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	180	5,4	5,8	7,2	102	0
Итого			180	5,4	5,8	7,2	102	0
Обед								
2010	6	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,3	4,1	8,8	93	5,7
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (аллергики)	180	3,9	6,1	3,7	86	10,6
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,9	4,2	17,6	120	8
2010	48	РЫБА, ТУШЁННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	70	14,1	7,7	6,1	145	2,4
2008	141	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	160	8,7	12,3	14,7	207	15,5
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЕРНИКИ	180			18,8	92	1,4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
Итого			610	24,6	16,5	75,1	553	17,5
Уплотненный полдник								
2017	118	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	150			144,9	583	0
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/35	21,4	19,9	42	441	0,4
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	130	4,9	4,1	30,4	178	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,8	14,8	73	0
2008	К/К	СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	30	3,3	1,4	24,9	123	0
Итого			570	26,8	22,2	241,6	1280	0,4
Всего				66,8	54,7	387,1	2315	17,9

Старшая медсестра Громова Е.А.

Повар Яковлева Е.Н.