

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

3 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	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,8	5,7	18,5	142	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,4	3,3	13,3	97	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5,2	14,9	112	0
Итого			330	10,2	14,2	46,7	351	0
II Завтрак								
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ	100			7,8	44	1,1
Итого			100			7,8	44	1,1
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	4	3,8	5,6	77	8,2
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,7	6,1	12,4	100	0
2010	51	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	8,9	4,8	8,6	110	0,5
2010	91	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	7,9	37	28
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19	82	0
Итого			510	18,4	15,2	53,5	406	36,7
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	130	3,8	4,1	5,9	76	0
2010	К/К	ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	40	4,9	4,6	0,3	62	0
2010	3	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	140	2,7	9,9	15,2	162	7,7
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		6,7	27	0,3
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,8	14,8	73	0
Итого			485	13,4	19,4	42,9	400	8
Всего				42	48,8	150,9	1201	45,8

Старшая медсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

3 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	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	6	7,1	23,6	180	0
2008	185	КАША ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	180	2,3	10,3	23	190	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,1	4	16,3	118	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,1		9,9	40	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	37	2,4	6,7	17,8	140	0
Итого			397	12,5	17,8	57,7	438	0
II Завтрак								
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ	100			7,8	44	1,1
Итого			100			7,8	44	1,1
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,7	4,8	6,5	94	9,8
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,2	7,2	14,7	118	0
2010	51	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	10,4	5,4	10	127	0,6
2010	91	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11	52	36
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
Итого			610	21,9	18	66	494	46,4
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	150	4,4	4,7	6,8	87	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,1		9,8	39	0
2010	К/К	ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	40	4,9	4,6	0,3	62	0
2010	3	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	160	3,2	11,3	17,7	186	9
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ (аллергии)	140	5,5	11	20,2	202	9,87
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,1		9,9	40	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	17,7	87	0
Итого			560	15	21,6	57,5	482	9
Всего				49,4	57,4	189	1458	56,5

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.