Утверждаю

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

МЕНЮ

10 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,4	6,2	14,7	134	0,5
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	2,9	3	13,4	95	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5,1	14,9	112	0
Итого			**330**	**9,3**	**14,3**	**43**	**341**	**0,5**
II Завтрак								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	100	0,1		6	25	0
Итого			**100**	**0,1**		**6**	**25**	**0**
Обед								
2008	94	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150	6,4	4,5	10,5	110	5
2008	346	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	110	2,4	3,2	18,6	105	25,11
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРЫ	60	3	4,7	19,4	145	0
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ	150			15,9	78	1,1
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19	82	0
Итого			**510**	**14,4**	**12,8**	**83,4**	**520**	**31,21**
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	130	0,2	0,1	7	34	25,4
2010	77	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,1	3,3	17,6	109	8,8
2010	51	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	4,8	5,8	8,2	109	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	160	0,1		6,9	28	0,4
2008	К\К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,8	14,8	73	0
Итого			**485**	**9,1**	**10**	**54,5**	**353**	**34,6**
Всего				**32,9**	**37,1**	**186,9**	**1239**	**66,31**

Старшая медсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5,2	7,6	17,9	162	0,6
2008	186	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,1	10,9	19,6	185	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,1	4,3	17,8	124	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,4	6,7	17,8	140	0
Итого			**395**	**10,7**	**18,6**	**53,5**	**426**	**0,6**
II Завтрак								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	100	0,1		7,1	29	0
Итого			**100**	**0,1**		**7,1**	**29**	**0**
Обед								
2008	94	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	7,6	5,5	12,7	133	6,1
2008	346	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	130	3,2	3,9	21,3	135	25,11
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРЫ	70	3,5	5,5	22,6	169	0
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ	180			18,7	92	1,4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
Итого			**610**	**17,6**	**15,4**	**99,1**	**632**	**32,61**
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	9,4	45	33
2010	77	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,5	3,7	20,7	127	10,4
2010	51	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	7,6	6,9	7,1	120	0
2008	141	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	170	9,7	12,9	15,8	220	16,6
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	30	2,3	0,9	17,7	87	0
Итого			**560**	**12,9**	**11,7**	**69,9**	**439**	**43,4**
Всего				**41,3**	**45,7**	**229,6**	**1526**	**76,61**

Старшая медсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.