

Утверждаю

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



МЕНЮ

21 мая 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	38	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,4	5,4	18,9	141	0,5
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	3,8	6,1	21	154	0,97
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,7	3,7	11,5	96	0,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,2	0,1	12,9	52	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,9	3,4		42	0,1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,8	14,8	73	0
Итого			337	12,9	13,3	45,2	352	1,2
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	1,5	3,2	18,1	137	8
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2,1	3,2	34,9	145	0
2008	375	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	4,7	7,2	10,7	131	0
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	10	42	1,2
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19	82	0
Итого			510	11	14,1	92,7	537	9,2
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	130	3,7	4,1	5,9	76	0,7
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	11,4	15	12,5	205	0
2012	4	ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ	30	0,9		1,7	10	1,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,5	26	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,8	14,8	73	0
Итого			455	18	19,9	41,4	390	1,9
Всего				41,9	47,3	179,3	1279	12,3

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зимина О.А./

МЕНЮ

21 мая 2025 г.

Сад 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	38	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5,4	6,9	24,4	178	0,6
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,5	4,5	14,9	120	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	15,9	16,6	57	438	0,7
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	2,1	4,5	19,7	169	9,6
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3	4,6	37,2	153	0
2008	375	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	10,4	7,9	5,8	153	0
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	13,1	55	1,4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
Итого			610	18,9	17,6	99,6	633	11
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	150	4,2	4,7	6,8	87	0
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	14,2	17,9	2,6	228	0,2
2010	77	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	155	2,9	10,3	23,8	199	12
2012	4	ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ	40	1,2		2,3	14	1,6
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
Итого			540	22,1	23,6	44,4	476	1,8
Всего				56,9	57,8	201	1547	13,5

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.