

Утверждаю



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

МЕНЮ

22 мая 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,4	6,2	14,6	133	0,5
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	2,9	3	13,4	95	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,2	0,1	12,9	52	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5,2	14,9	113	0
Итого			330	9,3	14,4	42,9	341	0,5
Обед								
2008	94	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150	2,9	4,4	19,3	95	0
2008	346	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	110	2,4	3,2	18,6	105	25,11
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРЫ	60	10,7	6	13,1	149	0,1
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	18,6	14	85,9	509	26,31
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	130	0,2	0,1	7	34	26,3
2010	77	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,1	3,2	17,5	108	8,8
2010	51	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	9,3	4,6	11,4	121	0,6
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,2	0,1	15	60	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,8	14,8	73	0
Итого			475	13,7	8,8	65,7	396	35,7
Всего				41,6	37,2	194,5	1246	62,51

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

22 мая 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5,2	7,6	17,8	162	0,6
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,1	4,3	17,8	124	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	6,7	17,3	137	0
Итого			395	10,6	18,6	52,9	423	0,6
Обед								
2008	94	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,1	5	15,8	183	0
2008	346	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	130	3,2	3,9	21,3	135	29,63
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРЫ	70	12,5	6,8	15,3	172	0,1
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ	180			19	92	1,4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
Итого			610	23,1	16,2	95,2	685	31,13
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	9,5	46	33,2
2010	77	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,5	3,7	20,7	126	10,4
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	135	4,3	10,2	27,4	219	0
2010	51	КОТЛета РЫБНАЯ	70	11,1	5,1	13,4	140	0,7
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (аллергики)	10	2,3	2,6		33	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,2	0,1	14,6	58	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	17,7	87	0
Итого			560	16,4	9,9	76,3	459	44,3
Всего				50,1	44,7	224,4	1567	76,03

Старшая медсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.