

Утверждаю



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

## МЕНЮ

29 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,7	5,6	18,4	142	0,5
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	3,8	6,1	21	154	0,97
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
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>9,6</b>	<b>13,8</b>	<b>46,7</b>	<b>350</b>	<b>0,5</b>
<b>Обед</b>								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150	4,7	5,7	9,8	109	3,9
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
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,7	19	0
2008	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19	82	0
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>20,4</b>	<b>15,3</b>	<b>65,2</b>	<b>464</b>	<b>29,11</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	130	3,7	4,1	5,9	76	0,7
2010	к/к	ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	40	4,9	4,6	0,3	62	0
2010	3	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	140	2,7	9,9	15,3	162	7,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		9,6	39	0
2008	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,8	14,8	73	0
<b>Итого</b>			<b>485</b>	<b>13,3</b>	<b>19,4</b>	<b>45,9</b>	<b>412</b>	<b>8,4</b>
<b>Всего</b>				<b>43,3</b>	<b>48,5</b>	<b>157,8</b>	<b>1226</b>	<b>38,01</b>

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.

Утверждаю



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

## МЕНЮ

29 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5,8	7,1	23,4	179	0,6
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	4,5	7,3	25,1	184	1,16
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,1	4,3	17,8	124	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,2	0,1	14,6	58	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	6,7	17,3	137	0
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>11,2</b>	<b>18,1</b>	<b>58,5</b>	<b>440</b>	<b>0,6</b>
<b>Обед</b>								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180	5,5	6,9	11,6	132	4,9
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	180	4,9	11,3	14	179	7
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
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,9	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>24,5</b>	<b>18,1</b>	<b>78,9</b>	<b>569</b>	<b>34,63</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	150	4,2	4,7	6,8	87	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,2	0,1	12,1	48	0
2010	К/К	ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	40	4,9	4,6	0,3	62	0
2010	3	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	160	3,2	11,4	17,7	186	8,9
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	130	4,8	5,5	30,3	190	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9	36	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	17,7	87	0
<b>Итого</b>			<b>560</b>	<b>14,7</b>	<b>21,6</b>	<b>51,5</b>	<b>458</b>	<b>8,9</b>
<b>Всего</b>				<b>50,4</b>	<b>57,8</b>	<b>188,9</b>	<b>1467</b>	<b>44,13</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_ Громова Е.А.

Повар \_\_\_\_\_ Яковлева Е.Н.