

Утверждаю



И.о.заведующего

МДОУ №4 "Буратино"

/Накоскина А.Е./

# МЕНЮ

25 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,4	5,5	17,5	135	0,5
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
<b>Итого</b>			<b>337</b>	<b>12,9</b>	<b>13,4</b>	<b>43,8</b>	<b>346</b>	<b>1,2</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	3,1	3,3	13,1	78	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2,1	3,2	34,9	145	0
2010	59	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	10,5	10,9	13,5	193	0,3
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
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>18,4</b>	<b>17,9</b>	<b>90,5</b>	<b>540</b>	<b>1,5</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	217	ОМЛЕТ С РЫБОЙ	120	11,4	20,5	12,4	236	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
<b>Итого</b>			<b>325</b>	<b>14,3</b>	<b>21,3</b>	<b>35,4</b>	<b>345</b>	<b>1,2</b>
<b>Всего</b>				<b>45,6</b>	<b>52,6</b>	<b>169,7</b>	<b>1231</b>	<b>3,9</b>

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Печенкина И.В.

Утверждаю



И.о.заведующего  
МДОУ №4 "Буратино"  
/Накоскина А.Е./

## МЕНЮ

25 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5	6,8	21,2	164	0,6
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2	10	23,5	188	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,5	4,6	14,9	120	0,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,2	0,1	14,6	58	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,7	4,3		54	0,1
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	17,7	87	0
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>15,5</b>	<b>16,6</b>	<b>53,8</b>	<b>425</b>	<b>1,4</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,4	4,6	15,2	140	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3	4,6	37,2	153	0
2010	59	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	12,3	12,7	15,9	225	0,4
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
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>23,1</b>	<b>22,5</b>	<b>105,2</b>	<b>676</b>	<b>1,8</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	217	ОМЛЕТ С РЫБОЙ	140	14,7	23,8	4	248	0
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	175	8,4	12,5	24,9	247	14,2
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	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	17,7	87	0
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>18,4</b>	<b>24,8</b>	<b>39</b>	<b>409</b>	<b>1,6</b>
<b>Всего</b>				<b>57</b>	<b>63,9</b>	<b>198</b>	<b>1510</b>	<b>4,8</b>

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Печенкина И.В.