

Утверждаю



# МЕНЮ

30 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5,1	6,7	20,9	163	0,6
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	145	4,8	10,3	30,3	233	0
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>10,5</b>	<b>17,7</b>	<b>56</b>	<b>424</b>	<b>0,6</b>
<b>Обед</b>								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ С ГОВЯДИНОЙ	180	7,1	4,9	17,8	180	2,88
2010	79	ПЮРЕ "РОЗОВОЕ"	130	2,7	4,4	15,7	114	6,9
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	135	1,9	5,3	16,1	120	8,2
2010	51	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	11,1	5,2	13,3	140	0,7
2012	273	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	60	17,8	15,1	0,3	208	0,2
2008	439	НАПИТОК ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	180			14	79	1,9
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>24,2</b>	<b>15</b>	<b>84,6</b>	<b>616</b>	<b>12,38</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	160	8,8	11,3	32,1	225	0
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
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>11,3</b>	<b>12,3</b>	<b>64,8</b>	<b>372</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>46</b>	<b>45</b>	<b>205,4</b>	<b>1412</b>	<b>12,98</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_

Громова Е.А.

Повар \_\_\_\_\_

Печенкина И.В.

Утверждаю



# МЕНЮ

30 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	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,4	5,3	17,2	132	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	112	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>9,3</b>	<b>13,5</b>	<b>45,5</b>	<b>339</b>	<b>0,5</b>
<b>Обед</b>								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ С ГОВЯДИНОЙ	150	2,6	2	15,7	143	2,4
2010	79	ПЮРЕ "РОЗОВОЕ"	110	2,4	3,8	14,3	102	6,4
2010	51	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	9,4	4,6	11,3	120	0,6
2008	439	НАПИТОК ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	150			11,6	66	1,6
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19	82	0
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>17</b>	<b>10,8</b>	<b>71,9</b>	<b>513</b>	<b>11</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	140	4,5	9	57,3	269	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,6	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,8	14,8	73	0
<b>Итого</b>			<b>315</b>	<b>6,5</b>	<b>9,8</b>	<b>78,7</b>	<b>369</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>32,8</b>	<b>34,1</b>	<b>196,1</b>	<b>1221</b>	<b>11,5</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_

Громова Е.А.

Повар \_\_\_\_\_

Печенкина И.В.

Уполномоченная ответственная за работу

заведующего ИМДОУ №4 "Буратино" /Наоскина А.Е./