

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

# МЕНЮ

3 июня 2025 г.

## Ясли 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>								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,8	5,5	19,4	148	0,5
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2	2,1	8,2	60	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5,2	14,9	113	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>8,8</b>	<b>12,8</b>	<b>42,5</b>	<b>321</b>	<b>0,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР	150	4,6	4,9	6	86	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4,6</b>	<b>4,9</b>	<b>6</b>	<b>86</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,4	4,1	2,4	60	7,2
2008	84	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	2,5	2,5	14,3	149	17,6
2010	58	ПЛОВ С МЯСОМ	150	7,6	13,8	28,9	314	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>530</b>	<b>13,1</b>	<b>20,8</b>	<b>69,3</b>	<b>624</b>	<b>25,8</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	13,4	14,2	39	302	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,2	0,1	15	60	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	11,8	58	0
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>15,1</b>	<b>14,9</b>	<b>65,8</b>	<b>420</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>41,6</b>	<b>53,4</b>	<b>183,6</b>	<b>1451</b>	<b>26,3</b>

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Печенкина И.В.

Утверждаю

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

# МЕНЮ

3 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>								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5,7	6,9	23,3	179	0,6
2008	188	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	6,5	7,4	28,8	208	1,16
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,3	3	14,2	112	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,2	0,1	15	60	0
2012	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	45	2,5	1	27,4	128	0,1
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>10,5</b>	<b>10,9</b>	<b>64,9</b>	<b>419</b>	<b>0,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР	180	5,4	5,8	7,3	103	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5,4</b>	<b>5,8</b>	<b>7,3</b>	<b>103</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	0,5	5,1	2,8	65	9
2008	84	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	3,7	7	15,7	194	21,12
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	180	4,4	6,3	13,5	129	6,8
2010	58	ПЛОВ С МЯСОМ	170	12,3	20,4	20,6	267	1,13
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
<b>Итого</b>			<b>630</b>	<b>19,8</b>	<b>33</b>	<b>69,7</b>	<b>656</b>	<b>31,25</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/35	14,2	21,8	40,9	350	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	145	4,8	10,3	30,3	233	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	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	17,7	87	0
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>16,7</b>	<b>22,8</b>	<b>73,6</b>	<b>497</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>52,4</b>	<b>72,5</b>	<b>215,5</b>	<b>1675</b>	<b>31,95</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_

Громова Е.А.

Повар \_\_\_\_\_

Печенкина И.В.