



## МЕНЮ

3 июля 2025 г.

### Ясли 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,4	6,1	14,7	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>14,3</b>	<b>43</b>	<b>339</b>	
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	5,9	4,8	10,5	112	5,2
2008	346	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	110	2,4	3,2	18,6	105	25,11
2010	59	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	10,2	11,5	11,2	187	0,3
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ	150			15,8	78	1,1
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19	82	0
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>21,1</b>	<b>19,9</b>	<b>75,1</b>	<b>564</b>	<b>31,71</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	77	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,1	3,2	17,6	108	8,8
2010	51	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	9,4	4,6	11,3	120	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
<b>Итого</b>			<b>345</b>	<b>13,6</b>	<b>8,7</b>	<b>58,7</b>	<b>361</b>	<b>9,4</b>
<b>Всего</b>				<b>44</b>	<b>42,9</b>	<b>176,8</b>	<b>1264</b>	<b>41,01</b>

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Печенкина И.В.

Утверждаю



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

# МЕНЮ

3 июля 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5,2	7,6	17,7	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	138	0
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>10,6</b>	<b>18,6</b>	<b>52,8</b>	<b>424</b>	<b>0,6</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	7	5,9	12,8	135	6,3
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,2	3,9	21,3	135	29,63
2010	59	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	65	11,8	13,3	12,9	217	0,3
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ	180			19	93	1,4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
<b>Итого</b>			<b>605</b>	<b>25,3</b>	<b>23,6</b>	<b>89,8</b>	<b>683</b>	<b>37,63</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	77	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,5	3,7	20,7	127	10,4
2010	51	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	10,9	5,1	13,4	139	0,7
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	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>410</b>	<b>15,9</b>	<b>9,8</b>	<b>66,8</b>	<b>413</b>	<b>11,1</b>
<b>Всего</b>				<b>51,8</b>	<b>52</b>	<b>209,4</b>	<b>1520</b>	<b>49,33</b>

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Печенкина И.В.