

Утверждаю



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

МЕНЮ

4 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		
Завтрак								
2010	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	6,8	7,7	27,1	201	0
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	3	13,4	92	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	17	4,2	4,9		61	0,1
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2	0,8	15,5	76	0
Итого			403	15,9	16,4	56	430	0,1
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	5	4,8	17,6	181	0
2008	284	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	125/50	14,8	18	20,3	300	1,5
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	55	0,9	3,8	5,3	59	0
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	14	58	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,5	21,7	94	0
Итого			636	24	27,2	78,9	692	1,5
Уплотненный полдник								
2010	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,6	6,1	17,1	147	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2	0,8	15,5	76	0
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ЯЙЦОМ	85	8	10,7	33,8	262	0
Итого			471	15,8	17,7	81,4	545	0
Всего				55,7	61,3	216,3	1667	1,6

Старшая медсестра

Г

Громова Е.А.

Повар

Я

Яковлева Е.Н.

Утверждаю



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

МЕНЮ

4 июля 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		
Завтрак								
2010	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	5,4	6,4	21,2	161	0
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,4	2,5	10,4	74	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,8	4,4		55	0,1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,6	0,7	12,9	63	0
Итого			337	13,2	14	44,5	353	0,1
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	130	4	4,3	5,3	75	0
Итого			130	4	4,3	5,3	75	0
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	1,9	2,4	17,2	147	0
2008	284	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	105/40	13	15,9	17,7	265	1,3
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	45	0,7	3,1	4,4	48	1,9
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		11,8	49	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,4	17,3	75	0
Итого			526	18,2	21,8	68,4	584	3,2
Уплотненный полдник								
2010	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,7	4,9	14,4	120	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,7	27	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,6	0,7	12,9	63	0
2008	К/К	ЯБЛОКО	99	0,4	0,4	9,8	47	10
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ЯЙЦОМ	85	7,9	10,5	34	259	0
Итого			506	14,7	16,5	77,8	516	10
Всего				50,1	56,6	196	1528	13,3

Старшая медсестра _____

Громова Е.А.

Повар _____

Яковлева Е.Н.