

Утверждаю

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

МЕНЮ

1 июля 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		
Завтрак								
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	27,5	128	0,1
Итого			405	10,5	10,9	65	419	0,7
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	180	5,4	5,8	7,3	103	0
Итого			180	5,4	5,8	7,3	103	0
Обед								
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			6,9	28	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
Итого			630	19,8	33	69,8	657	31,25
Уплотненный полдник								
2012	437	КИСЕЛЬ "ВИТОШКА" С ВИТАМИНАМИ	150			140,4	568	0
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 ЛИМОНОМ	180	0,1		0,3	2	0,4
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
2008	К/К	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			575	18,9	25,6	221,6	1132	0,4
Всего				54,6	75,3	363,7	2311	32,35

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Печенкина И.В.

Утверждаю

И.В. заведующего
МДОУ №4 "Буратино"
Алексеева А.Е./



МЕНЮ

1 июля 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,8	5,4	19,3	147	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	112	0
Итого			330	8,8	12,7	42,4	319	0,5
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	150	4,6	4,9	6	86	0
Итого			150	4,6	4,9	6	86	0
Обед								
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			4,6	18	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19	82	0
Итого			530	13,1	20,8	69,2	623	25,8
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	130	3,7	4,1	5,9	76	0,7
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	13,4	14,2	39	302	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1		0,2	1	0,3
2008	К/К	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	11,8	58	0
Итого			480	21	21,8	79,2	562	1
Всего				47,5	60,2	196,8	1590	27,3

Старшая медсестра Громова Е.А.

Повар Печенкина И.В.