



Утверждаю

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

МЕНЮ

31 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,4	6,2	14,5	133	0,5
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	2,9	3	13,4	95	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5,2	15	113	0
Итого			330	9,3	14,4	42,9	341	0,5
Обед								
2008	94	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150	2,9	4,4	19,3	95	0
2008	346	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	110	2,4	3,2	18,6	105	25,11
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРЫ	60	10,7	6,1	13,2	150	0,1
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ	150			15,6	77	1,1
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19	82	0
Итого			510	18,6	14,1	85,7	509	26,31
Уплотненный полдник								
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ	140	3,1	8,4	22,2	177	11,4
2008	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20	0,2		0,5	3	2
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	14,9	73	0
Итого			335	5,4	9,3	52,6	313	13,4
Всего				33,3	37,8	181,2	1163	40,21

Старшая медсестра  Громова Е.А.

Повар  Яковлева Е.Н.

Утверждаю



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

МЕНЮ

31 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5,2	7,6	18	162	0,6
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,1	4,3	17,8	124	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	37	2,3	6,7	17,2	137	0
Итого			397	10,6	18,6	53	423	0,6
Обед								
2008	94	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,1	5	15,8	183	0
2008	346	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	130	3,2	3,9	21,3	135	29,63
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРЫ	70	12,5	7	15,3	174	0,1
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ	180			18,9	92	1,4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
Итого			610	23,1	16,4	95,1	687	31,13
Уплотненный полдник								
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ	160	3,5	9,5	25,3	202	12,9
2008	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2		0,7	4	3
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
Итого			400	6,2	10,5	58,7	353	15,9
Всего				39,9	45,5	206,8	1463	47,63

Старшая медсестра  Громова Е.А.

Повар  Яковлева Е.Н.