

Утверждаю



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

# МЕНЮ

8 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4	5,3	19,8	141	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
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>8</b>	<b>12,6</b>	<b>42,9</b>	<b>313</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>								
2010	6	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	2,5	2,5	14,1	150	0
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,5	3,6	15,3	104	7,2
2010	48	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	3,7	5,2	6,4	132	1,8
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	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>11,3</b>	<b>11,7</b>	<b>70,6</b>	<b>546</b>	<b>10,1</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	130	3,7	4,1	5,9	76	0,7
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	9,4	14,2	39,1	302	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1		0,2	1	0,3
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	11,8	58	0
2008	К/К	СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	30	3,3	1,4	24,9	123	0
<b>Итого</b>			<b>480</b>	<b>18</b>	<b>20,3</b>	<b>81,9</b>	<b>560</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>				<b>41,9</b>	<b>49,5</b>	<b>201,4</b>	<b>1505</b>	<b>11,6</b>

Старшая медсестра  Громова Е.А.

Повар  Печенкина И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"  
Зиминая О.А.



# МЕНЮ

8 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	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	4,8	6,6	25,1	177	0,6
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,3	3	14,2	112	0
2012	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	45	2,5	1	27,5	128	0,1
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>9,6</b>	<b>10,6</b>	<b>66,8</b>	<b>417</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>								
2010	6	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	3,2	7,3	15,6	194	0
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (аллергики)	180	5,2	11,2	9,3	160	14,7
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,9	4,3	17,6	121	8,3
2010	48	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	70	14,1	7,8	5,9	145	2,4
2012	273	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	60	17	14,6	0,7	201	0,3
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	180			19	93	1,4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>23,5</b>	<b>19,9</b>	<b>81,9</b>	<b>656</b>	<b>12,1</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	118	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	150			144,9	583	0
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/35	14,2	21,8	40,9	350	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	СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	30	3,3	1,4	24,9	123	0
<b>Итого</b>			<b>575</b>	<b>19,9</b>	<b>24,1</b>	<b>228,7</b>	<b>1145</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>58,4</b>	<b>60,4</b>	<b>384,7</b>	<b>2321</b>	<b>13,2</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_

Громова Е.А.

Повар \_\_\_\_\_

Печенкина И.В.