

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

Зими́на О.А./

# МЕНЮ

27 сентября 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.4	5.5	17.8	137	0.5
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1.4	9.8	24.5	188	0
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	2.1	2.2	8.8	64	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	3	3.4		43	0.1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
<b>Итого</b>			<b>347</b>	<b>11.4</b>	<b>11.9</b>	<b>41.4</b>	<b>317</b>	<b>0.6</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>								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150	6.1	3.6	11.6	106	4
2008	284	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	100/40	12.7	14.6	16.1	245	1.4
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0.7	2.9	4	45	1.8
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4.4	18	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
<b>Итого</b>			<b>520</b>	<b>22.1</b>	<b>21.5</b>	<b>55.1</b>	<b>496</b>	<b>7.2</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
2010	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4.5	4.7	14.6	120	0.6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.4	26	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	75	6.6	4.1	41.9	230	0.1
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>14.1</b>	<b>9.8</b>	<b>100.7</b>	<b>541</b>	<b>4.7</b>
<b>Всего</b>				<b>52.2</b>	<b>48.1</b>	<b>203.2</b>	<b>1440</b>	<b>12.5</b>

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

**МЕНЮ**

27 сентября 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5.5	6.7	22.9	173	0.6
2008	185	КАША ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2.3	5.5	18.2	127	0
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.3	3	14.2	112	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3.7	4.3		53	0.1
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>13.8</b>	<b>14.9</b>	<b>54.8</b>	<b>425</b>	<b>0.7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР	180	5.4	5.8	7.2	102	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5.4</b>	<b>5.8</b>	<b>7.2</b>	<b>102</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	7.3	4.1	14.1	127	4.8
2008	284	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	120/50	14.6	16.9	18.5	282	1.5
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0.8	3.4	4.8	53	2.3
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6.8	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
<b>Итого</b>			<b>630</b>	<b>26</b>	<b>24.9</b>	<b>68</b>	<b>592</b>	<b>8.6</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
2010	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4.1	5.8	20.5	143	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	130	4.9	4.1	30.4	178	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.2	0.1	15	60	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	75	6.5	4.1	41.3	226	0.1
<b>Итого</b>			<b>665</b>	<b>14.1</b>	<b>11.1</b>	<b>117.5</b>	<b>608</b>	<b>4.1</b>
<b>Всего</b>				<b>59.3</b>	<b>56.7</b>	<b>247.5</b>	<b>1727</b>	<b>13.4</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_ Громова Е.А.

Повар \_\_\_\_\_ Яковлева Е.Н.