

Утверждаю



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

МЕНЮ

4 октября 2024 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								
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.5	5.6	16.6	134	0.5
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	2.1	2.2	8.8	64	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2.9	3.4		42	0.1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
Итого			347	11.4	12	40.2	313	0.6
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	150	4.6	4.9	6	86	0
Итого			150	4.6	4.9	6	86	0
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150	4.7	5.9	9.7	111	4
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	110	2.7	3	30.1	151	0
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	60	3.8	8.6	7.1	183	0
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0.6	2.7	3.2	40	3.7
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	150			15.8	78	1.1
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			550	14.4	20.6	84.9	645	8.8
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.4		8.4	35	0.1
2010	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3.8	4.1	13.5	108	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.6	27	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	85	7.9	5.1	50.5	277	0.1
Итого			560	14.1	10	93.8	520	0.2
Всего				44.5	47.5	224.9	1564	9.6

Старшая медсестра _____

Громова Е.А.

Повар _____

Яковлева Е.Н.

Утверждаю



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

МЕНЮ

4 октября 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		
Завтрак								
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5.6	7.1	21.2	169	0.6
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2.3	10.6	21.1	187	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	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
Итого			405	13.9	15.3	53.1	421	0.7
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	180	5.4	5.8	7.2	102	0
Итого			180	5.4	5.8	7.2	102	0
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180	5.5	6.8	11.7	132	4.9
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	130	3.2	7.2	14.7	118	0
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	70	10.8	13.4	11.2	133	0
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0.7	3.2	4.1	48	4.7
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	180			19	92	1.4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			660	23.5	31.1	84.5	626	11
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.4		9.3	39	0.1
2010	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4.7	5.1	15.6	127	0
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	145	5.3	4.7	30.4	185	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.2	0.1	15	60	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	85	7.9	5	50.7	277	0.1
Итого			625	15.5	11.1	108.3	590	0.2
Всего				58.3	63.3	253.1	1739	11.9

Старшая медсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.