

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

Зимина /Зимина О.А./

МЕНЮ

9 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								
2010	38	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.2	5.1	18.2	134	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	160	4.1	4	12.3	103	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	3	3.5		43	0.1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.9	73	0
Итого			347	13.2	13.4	45.4	353	0.1
II Завтрак								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
Итого			200	1	0.2	23	92	4
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	3.6	3.6	6	74	7.7
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2.1	3.2	32.2	145	0
2008	375	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	9	6.7	5.2	131	6.6
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0.1	0.1	10	42	1.2
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			510	17.4	14	72.4	474	15.5
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.3	0.1	8.2	39	29.6
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12.2	15.3	2.3	195	0
2012	4	ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ	30	0.9		1.7	10	1.2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.6	27	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.9	73	0
Итого			475	15.4	16.2	33.7	344	30.8
Всего				47	43.8	174.5	1263	50.4

Старшая медсестра

Г

Громова Е.А.

Повар

Я

Яковлева Е.Н.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

9 октября 2024 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	38	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5.2	6.5	23.9	171	0
2008	189	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1.9	5.3	19.1	126	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4.6	4.5	14.9	120	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	15.8	16.2	56.5	431	0.1
II Завтрак								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
Итого			200	1	0.2	23	92	4
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4.2	4.4	7.2	91	9.2
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3	4.5	20.7	143	0
2008	375	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	10.3	7.8	6	154	7.8
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	13.1	55	1.4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			610	20.9	17.3	70.8	546	18.4
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.3	0.1	8	39	30.1
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	14.2	17.9	2.6	228	0
2012	4	ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ	30	0.9		1.7	10	1.2
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
Итого			530	17.9	19	45	424	31.3
Всего				55.6	52.7	195.3	1493	53.8

Старшая медсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.