

Утверждаю



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

МЕНЮ

24 октября 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		
Завтрак								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.2	5.9	14	127	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3.6	3.5	14.1	103	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.1	14.9	112	0
Итого			340	9.8	14.5	43	342	0
II Завтрак								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.2		8.8	36	0
Итого			150	0.2		8.8	36	0
Обед								
2008	94	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150	7.4	4.9	10.5	118	5.2
2008	346	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	110	2.7	3.2	11.3	86	23.6
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРЫ	60	10.7	5.8	10.7	138	0
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	150			15.5	77	1.1
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			510	23.4	14.3	67	501	29.9
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	150	4.4	4.7	6.8	87	0
2010	77	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2.1	3.2	17.6	108	8.8
2010	51	КОТЛета РЫБНАЯ	60	9.5	4.6	11.5	122	0.5
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	160	0.1		7	28	0.3
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
Итого			505	18	13.3	57.7	418	9.6
Всего				51.4	42.1	176.5	1297	39.5

Старшая медсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.

Утверждаю

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



МЕНЮ

24 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								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5	7.2	17.3	155	0
2008	186	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2.1	6.1	14.8	122	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4.1	4	16.4	119	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2.4	6.7	17.8	140	0
Итого			395	11.5	17.9	51.5	414	0
II Завтрак								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.2		8.7	36	0
Итого			150	0.2		8.7	36	0
Обед								
2008	94	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	8.3	5.7	12.8	138	6.3
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (аллергики)	180	3.9	6.1	3.8	86	10.6
2008	346	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	130	3.3	3.8	13.1	101	28
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРЫ	70	12.4	6.9	12.8	163	0
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	180			18.8	92	1.4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			610	27.3	16.9	81.3	597	35.7
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	150	4.4	4.7	6.8	87	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0.1		9.8	39	0
2010	77	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2.5	3.7	20.7	126	10.4
2010	51	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	11.1	5.3	13.4	141	0.6
2008	141	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	160	8.7	12.3	14.7	207	15.5
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.2	0.1	15	60	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
Итого			560	20.5	14.7	73.6	501	11
Всего				59.5	49.5	215.1	1548	46.7

Старшая медсестра  Громова Е.А.

Повар  Яковлева Е.Н.