



МЕНЮ

28 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.2	5	16.7	126	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3.6	3.5	14.4	104	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.2	14.9	112	0
Итого			340	9.8	13.7	46	342	0
II Завтрак								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
Итого			200	1	0.2	23	92	4
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	150	3.6	3.1	7.8	76	0.7
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6.3	4.4	27.7	178	0
2010	55	ГУЛЯШ	30/30	8.8	9.8	1.6	131	0.89
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4.6	18	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			510	21.3	17.7	60.7	485	1.59
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4.4	4.7	6.8	87	0
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	135	15.2	17	13.4	273	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.6	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
2008	К/К	СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	30	3.3	1.4	24.9	123	0
Итого			490	24.9	23.9	66.5	583	0
Всего				57	55.5	196.2	1502	5.59

Старшая медсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.

Утверждаю

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



МЕНЮ

28 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	4.9	6.2	20.5	156	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	130	4.9	4.1	30.4	178	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	37	2.4	6.7	17.8	140	0
Итого			397	11.4	16.9	54.7	415	0
II Завтрак								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.4		9.4	40	0.1
Итого			150	0.4		9.4	40	0.1
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	180	4.2	3.7	9.5	90	0.8
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7.4	5.2	32.8	211	0
2010	55	ГУЛЯШ	40/40	11.7	13.1	2.1	177	0.89
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
Итого			620	26.6	22.5	75	608	1.69
Уплотненный полдник								
2017	118	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	180			174.6	702	0
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	155	17.6	19.6	15.5	315	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
2008	К/К	СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	30	3.3	1.4	24.9	123	0
Итого			575	23.4	22	247.7	1287	0
Всего				61.8	61.4	386.8	2350	1.79

Старшая медсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.