

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./



МЕНЮ

11 ноября 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 | 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 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 14 | 3.5 | 4 | | 50 | 0.1 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 21 | 1.6 | 0.6 | 12.6 | 62 | 0 |
| Итого | | | 345 | 12.9 | 13.1 | 43.7 | 342 | 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 | | | | | | | | |
| 2012 | 81 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150 | 5.7 | 3.4 | 11.7 | 103 | 3.8 |
| 2008 | 284 | "ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ | 100/40 | 12.8 | 14.9 | 16.1 | 247 | 1.3 |
| 2010 | 5 | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ | 40 | 0.6 | 2.6 | 3.7 | 41 | 1.8 |
| 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 | | | 520 | 21.7 | 21.3 | 55.1 | 491 | 6.9 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 130 | 0.2 | 0.1 | 7 | 34 | 26.7 |
| 2010 | 83 | РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ | 140 | 7.8 | 8.8 | 16.6 | 180 | 13.8 |
| 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 |
| Итого | | | 445 | 10 | 9.7 | 45 | 314 | 40.5 |
| Всего | | | | 45.6 | 44.3 | 166.8 | 1239 | 51.5 |

Старшая медсестра _____

Громова Е.А.

Повар _____

Яковлева Е.Н.

