

Утверждаю



Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

Зими́на О.А./

МЕНЮ

18 ноября 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	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.2	4.8	16.7	125	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3.6	3.5	14.5	105	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.2	14.9	113	0
Итого			340	9.8	13.5	46.1	343	0
II Завтрак								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
Итого			200	1	0.2	23	92	4
Обед								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ С ГОВЯДИНОЙ	150	5.9	2.9	14.5	112	4.6
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	110	2.7	6.1	12.5	100	0
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	11.2	5.1	4	103	0.2
2008	439	НАПИТОК ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	150			11.6	66	1.6
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			510	22.4	14.5	61.6	463	6.4
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	130	0.3		7.1	30	0.1
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	140	7.5	11.5	13.6	188	16.2
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	9.8	12.3	42.1	318	16.3
Всего				43	40.5	172.8	1216	26.7

Старшая медсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.

Утверждаю



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

МЕНЮ

18 ноября 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	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	4.9	6.2	20.5	156	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1.4	9.8	24.5	188	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	11.4	16.9	54.7	415	0
II Завтрак								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.2		10.4	43	0
Итого			150	0.2		10.4	43	0
Обед								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ С ГОВЯДИНОЙ	180	7	3.3	17.3	132	5.4
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	130	3.2	7.2	14.7	118	0
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	13	5.8	4.3	119	0.2
2008	141	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	170	9.8	13	16.3	222	16.8
2008	439	НАПИТОК ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	170			13.2	75	1.8
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			600	26.5	16.8	73.3	547	7.4
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.4		9.3	40	0.1
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	160	8.6	13.1	17.3	221	12.8
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
Итого			520	11.5	14.1	59.3	408	12.9
Всего				49.6	47.8	197.7	1413	20.3

Старшая медсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.