

Утверждаю

Заведующий

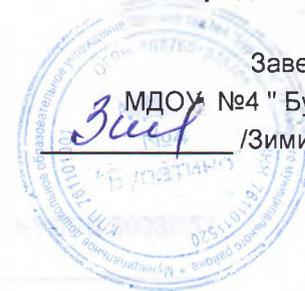
МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

# МЕНЮ

29 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.5	5.5	16.2	132	0.5
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	2.1	2.2	8.8	64	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	3	3.4		43	0.1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
<b>Итого</b>			<b>347</b>	<b>11.5</b>	<b>11.9</b>	<b>39.8</b>	<b>312</b>	<b>0.6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР	150	4.6	4.9	6	86	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4.6</b>	<b>4.9</b>	<b>6</b>	<b>86</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150	5.1	3.5	5.3	76	6.4
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2.5	3.5	15.3	103	7.2
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	60	10.5	10.7	13.4	190	0.3
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	150			15.7	77	1.1
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>20.7</b>	<b>18.1</b>	<b>68.7</b>	<b>528</b>	<b>15</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	130	0.2	0.1	7.2	34	25.7
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	150	3.8	4.6	13.2	109	0.6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.7	27	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
2010	108	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	8.1	5.9	35.7	228	0.1
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>14.1</b>	<b>11.4</b>	<b>77.6</b>	<b>471</b>	<b>26.4</b>
<b>Всего</b>				<b>50.9</b>	<b>46.3</b>	<b>192.1</b>	<b>1397</b>	<b>42</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_

Громова Е.А.

Повар \_\_\_\_\_

Яковлева Е.Н.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зимина О.А./



# МЕНЮ

29 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- м <sup>н</sup> С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5.6	7	21.2	169	0.6
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.3	3	14.2	112	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
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>13.9</b>	<b>15.2</b>	<b>53.1</b>	<b>421</b>	<b>0.7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР	180	5.4	5.8	7.2	102	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5.4</b>	<b>5.8</b>	<b>7.2</b>	<b>102</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	5.9	4	6.4	91	7.7
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2.9	4.2	17.6	120	8.3
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	70	12.4	12.7	15.6	225	0.4
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	170			17.9	87	1.3
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>24.5</b>	<b>21.4</b>	<b>81.3</b>	<b>626</b>	<b>17.7</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.3	0.1	9.5	46	33.4
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	180	4.1	5.8	19.5	143	0
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
2010	108	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	8.1	6	35.7	229	0.1
<b>Итого</b>			<b>615</b>	<b>15</b>	<b>12.9</b>	<b>97.4</b>	<b>565</b>	<b>33.5</b>
<b>Всего</b>				<b>58.8</b>	<b>55.3</b>	<b>239</b>	<b>1714</b>	<b>51.9</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_

Громова Е.А.

Повар \_\_\_\_\_

Яковлева Е.Н.