

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

2 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ тех. 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	4.9	16.6	126	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	15	112	0
Итого			340	9.8	13.5	45.7	341	0
II Завтрак								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	130	0.2		9.3	38	0
Итого			130	0.2		9.3	38	0
Обед								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ С ГОВЯДИНОЙ	150	5.9	2.8	14.5	111	4.5
2010	79	ПЮРЕ "РОЗОВОЕ"	110	2.5	3.9	14.3	102	6.2
2010	51	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	9.1	4.3	10.2	113	0.5
2008	439	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	150			11.6	66	1.6
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			510	20.1	11.4	69.6	474	12.8
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	130	0.3		7.3	31	0.1
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140	13.8	16.2	10.6	242	14
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ	40	0.6	1.7	3.6	49	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.6	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.9	73	0
Итого			485	16.7	18.7	43	422	14.1
Всего				46.8	43.6	167.6	1275	26.9

Старшая медсестра _____

Громова Е.А.

Повар _____

Яковлева Е.Н.

Утверждаю



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

МЕНЮ

2 декабря 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
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4.1	4	16.4	119	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		10.3	43	0
Итого			150	0.2		10.3	43	0
Обед								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ С ГОВЯДИНОЙ	180	7	3.3	17.5	132	5.4
2010	79	ПЮРЕ "РОЗОВОЕ"	130	2.8	4.3	15.7	113	6.8
2010	51	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	10.6	4.8	11.9	130	0.6
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	23.7	12.9	82.1	553	14.6
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.4		9.2	39	0.1
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	15.5	18.1	11.9	271	16
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ	50	0.9	2.6	3.8	57	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
Итого			570	19.3	21.7	57.6	514	16.1
Всего				54.6	51.5	204.7	1525	30.7

Старшая медсестра _____

Громова Е.А.

Повар _____

Яковлева Е.Н.