

Утверждаю



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

МЕНЮ

9 декабря 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	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	2.5	4	42.3	172	0
2010	55	ГУЛЯШ	30/30	10.4	11.4	3.5	159	0.7
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	19.1	18.9	77.2	507	1.4
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				39.9	42.5	191.2	1255	45.9

Старшая медсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.



МЕНЮ

9 декабря 2024 г.

Сад 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	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	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		9.3	40	0.1
Итого			150	0.4		9.3	40	0.1
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	180	4.2	3.8	9.6	91	0.8
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6.8	7	17.4	151	0
2010	55	ГУЛЯШ	40/40	13.9	14.9	4.1	207	0.8
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	170			6.5	26	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			610	28.2	26.2	61.4	578	1.6
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.3	0.1	9.5	46	33.3
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	160	9	10.2	18.9	206	15.4
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	11.8	11.3	61.1	399	48.7
Всего				51.8	54.4	186.5	1432	50.4

Старшая медсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.