

Утверждаю



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

МЕНЮ

10 декабря 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	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	3.7	5.1	18.8	134	0.5
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	2.1	2.2	8.8	64	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.2	15	113	0
Итого			340	7.8	12.5	42.6	311	0.5
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	150	4.6	4.9	6	86	0
Итого			150	4.6	4.9	6	86	0
Обед								
2010	6	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	3.6	3.6	7.5	81	5
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2.5	3.5	15.3	103	7.2
2010	48	РЫБА, ТУШЁННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	3.7	5.2	6.4	132	1.8
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	150			15.6	77	1.1
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			510	12.4	12.7	63.8	475	15.1
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	150	4.2	4.7	6.8	87	0.8
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	13.4	14.2	39.1	302	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.1		4.9	20	0.3
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.6	11.8	58	0
2008	К/К	СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	30	3.3	1.4	24.9	123	0
Итого			500	22.5	20.9	87.5	590	1.1
Всего				47.3	51	199.9	1462	16.7

Старшая медсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.

