

Утверждаю



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

## МЕНЮ

11 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4	5.1	16.8	128	0.5
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	160	4	4	12.1	102	0.6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	160	0.1		9.9	40	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	3	3.4		43	0.1
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
<b>Итого</b>			<b>347</b>	<b>12.9</b>	<b>13.3</b>	<b>43.7</b>	<b>346</b>	<b>1.2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0.2</b>	<b>23</b>	<b>92</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	3.8	3.1	7.3	76	6.2
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2.1	3.2	32.2	145	0
2010	59	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	10.4	10.8	13.6	191	0.3
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0.1	0.1	10.1	43	1.2
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>19</b>	<b>17.6</b>	<b>82.2</b>	<b>537</b>	<b>7.7</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	130	0.3		7.1	30	0.1
2008	217	ОМЛЕТ С РЫБОЙ	120	8.7	11.5	2.1	179	0
2012	4	ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ	30	0.9		1.7	10	1.2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.4	26	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>11.9</b>	<b>12.3</b>	<b>32.1</b>	<b>318</b>	<b>1.3</b>
<b>Всего</b>				<b>44.8</b>	<b>43.4</b>	<b>181</b>	<b>1293</b>	<b>14.2</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_

Громова Е.А.

Повар \_\_\_\_\_

Яковлева Е.Н.

Утверждаю



Заведующий

МДОУ №4 " Буратино"

/Зими́на О.А./

# МЕНЮ

11 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	4.7	6.3	20.8	158	0.5
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2	5.2	18.7	125	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4.5	4.5	14.9	120	0.7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3.7	4.3		53	0.1
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>15.2</b>	<b>16</b>	<b>53.4</b>	<b>418</b>	<b>1.4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0.2</b>	<b>23</b>	<b>92</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4.4	4	8.9	92	7.4
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3	4.5	20.7	143	0
2010	59	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	12.4	12.6	15.7	225	0.4
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	170	0.1	0.1	12.3	52	1.4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>23.2</b>	<b>21.7</b>	<b>81.4</b>	<b>615</b>	<b>9.2</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.4		9.4	40	0.1
2008	217	ОМЛЕТ С РЫБОЙ	140	14.7	23.8	4	248	0
2008	141	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	155	8.7	12.3	14.6	207	15.5
2012	4	ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ	40	1.2		2.3	14	1.6
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
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>18.8</b>	<b>24.8</b>	<b>48.4</b>	<b>449</b>	<b>1.7</b>
<b>Всего</b>				<b>58.2</b>	<b>62.7</b>	<b>206.2</b>	<b>1574</b>	<b>16.3</b>

Старшая медсестра Г Громова Е.А.

Повар Я Яковлева Е.Н.