

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		
Завтрак								
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
Итого			347	12.9	13.3	43.7	346	1.2
II Завтрак								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
Итого			200	1	0.2	23	92	4
Обед								
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
Итого			510	19	17.6	82.2	537	7.7
Уплотненный полдник								
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
Итого			455	11.9	12.3	32.1	318	1.3
Всего				44.8	43.4	181	1293	14.2

Старшая медсестра _____

Громова Е.А.

Повар _____

Яковлева Е.Н.

