

Утверждаю

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



МЕНЮ

25 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	17	128	0.5
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	160	4	4	12.2	102	0.6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	160	0.1		9.9	40	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2.9	3.4		42	0.1
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
Итого			347	12.8	13.3	44	345	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	3.7	3.4	7.3	79	6.2
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2.1	3.2	32.2	145	0
2010	59	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	10.6	10.9	13.5	193	0.3
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0.1	0.1	10.3	43	1.2
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			510	19.1	18	82.3	542	7.7
Уплотненный полдник								
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		6.6	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
Итого			325	11.6	12.3	25.2	289	1.2
Всего				44.5	43.8	174.5	1268	14.1

Старшая медсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.

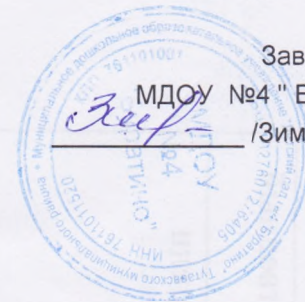
Утверждаю

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

МЕНЮ

25 декабря 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептов	№ 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	180	4.7	6.3	20.6	158	0.6
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2	10	23.5	188	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
Итого			405	15.2	16	53.2	418	1.4
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	180	4.4	3.9	8.9	91	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	15.8	226	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
Итого			600	23.2	21.6	81.5	615	9.2
Уплотненный полдник								
2008	217	ОМЛЕТ С РЫБОЙ	140	14.7	23.8	4	248	0
2008	141	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	170	9.8	13	16.3	222	16.8
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
Итого			390	18.4	24.8	39	409	1.6
Всего				57.8	62.6	196.7	1534	16.2

Старшая медсестра Гр Громова Е.А.

Повар Я Яковлева Е.Н.