

Утверждаю

И.о. заведующего
МДОУ №4 "Буратино"
/Зими́на О.А./**МЕНЮ**

29 февраля 2024 г.

Ясли 12 часов

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|----------------------------|---------------|--|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 34 | КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ | 150 | 2.8 | 4.6 | 18 | 125 | 0.1 |
| 2010 | 98 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 160 | 1.6 | 1.6 | 14.6 | 78 | 0.1 |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 1.8 | 4.9 | 13.1 | 103 | 0 |
| Итого | | | 340 | 6.2 | 11.1 | 45.7 | 306 | 0.2 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 411 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 160 | 0.2 | | 9.7 | 40 | 0 |
| Итого | | | 160 | 0.2 | | 9.7 | 40 | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 94 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ . И СМЕТАНОЙ | 150 | 5.6 | 4.9 | 7 | 99 | 3.4 |
| 2010 | 75 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 110 | 2.1 | 3.2 | 32.2 | 145 | 0 |
| 2008 | 375 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 60 | 9.5 | 6.9 | 5.4 | 139 | 7.2 |
| 2010 | 90 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 150 | 0.1 | 0.1 | 9.6 | 41 | 1.1 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2.6 | 0.4 | 18.8 | 81 | 0 |
| Итого | | | 510 | 19.9 | 15.5 | 73 | 505 | 11.7 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 102 | МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ | 150 | 4.2 | 4.7 | 6.8 | 87 | 0.8 |
| 2008 | 133 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ | 115 | 7.5 | 10.7 | 16.9 | 198 | 8.3 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 160 | 0.1 | | 7 | 29 | 0.4 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 22 | 1.7 | 0.7 | 13 | 64 | 0 |
| 2008 | К/К | ЯБЛОКО | 100 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 47 | 10 |
| Итого | | | 547 | 13.9 | 16.5 | 53.5 | 425 | 19.5 |
| Всего | | | | 40.2 | 43.1 | 181.9 | 1276 | 31.4 |

Диетсестра _____ Громова Е.А.

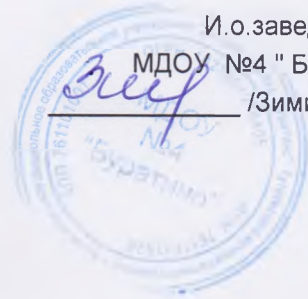
Повар _____ Яковлева Е.Н.

Утверждаю

И.о.заведующего

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./



МЕНЮ

29 февраля 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 34 | КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ | 180 | 3.5 | 5.7 | 22.7 | 157 | 0.1 |
| 2008 | 186 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики) | 180 | 2.1 | 1.2 | 14.8 | 79 | 0 |
| 2010 | 98 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 180 | 2.1 | 2.2 | 19.7 | 107 | 0.1 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180 | 0.1 | | 9.9 | 40 | 0 |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 35 | 2.1 | 6.7 | 15.7 | 131 | 0 |
| Итого | | | 395 | 7.7 | 14.6 | 58.1 | 395 | 0.2 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 411 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180 | 0.2 | | 12.6 | 52 | 0 |
| Итого | | | 180 | 0.2 | | 12.6 | 52 | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 94 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ И СМЕТАНОЙ | 180 | 6.5 | 6 | 8.6 | 117 | 4.2 |
| 2010 | 75 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 130 | 3 | 4.5 | 20.7 | 143 | 0 |
| 2008 | 375 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 70 | 11.1 | 8.1 | 6.3 | 161 | 8.3 |
| 2010 | 90 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 180 | 0.1 | 0.1 | 12.9 | 54 | 1.3 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 49 | 3.2 | 0.5 | 23.4 | 101 | 0 |
| Итого | | | 609 | 23.9 | 19.2 | 71.9 | 576 | 13.8 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 102 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 179 | 5 | 5.5 | 8.1 | 105 | 0.9 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180 | 0.1 | | 9.9 | 40 | 0 |
| 2008 | 133 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ | 130 | 8.5 | 11.8 | 19.3 | 220 | 9.4 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0.2 | 0.1 | 15 | 60 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180 | 0.1 | | 9.9 | 40 | 0 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 26 | 2 | 0.8 | 15.6 | 77 | 0 |
| Итого | | | 515 | 15.7 | 18.2 | 58 | 462 | 10.3 |
| Всего | | | | 47.5 | 52 | 200.6 | 1485 | 24.3 |

Диетсестра  Громова Е.А.

Повар  Яковлева Е.Н.