

Утверждаю

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



МЕНЮ

14 февраля 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	38	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.1	5.1	18.2	134	0.5
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	160	4	4	12.3	103	0.6
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	3	3.5		43	0.1
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.9	73	0
Итого			347	13	13.4	45.4	353	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	91	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	2.4	3.2	17.4	84	8
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2.1	3.2	32.2	145	0
2008	375	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	4.7	7.2	10.7	131	0
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0.5	2.6	2.8	37	3.3
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0.1	0.1	10	42	1.2
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			550	12.4	16.7	92.1	521	12.5
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.3	0.1	8.2	39	29.6
2010	77	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2.1	3.3	17.5	108	8.8
2010	51	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	4.8	5.8	8.2	109	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.6	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.9	73	0
Итого			495	9.2	10	55.4	356	38.4
Всего				35.6	40.3	215.9	1322	56.1

Диетсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.

