Утверждаю

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

МЕНЮ

26 февраля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯС МАСЛОМ	150	4.2	5.1	16.7	128	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3.6	3.5	14.3	104	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.1	14.9	112	0
Итого			**340**	**9.8**	**13.7**	**45.9**	**344**	**0**
II Завтрак								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
Итого			**200**	**1**	**0.2**	**23**	**92**	**4**
Обед								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЁНЫМ С ГОВЯДИНОЙ	150	6	2.7	14.5	110	4.4
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2.5	3.4	15.2	102	7.1
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	11.1	5.2	4	103	0.2
2008	439	НАПИТОК ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	150			11.6	66	1.6
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			**510**	**22.2**	**11.7**	**64.3**	**463**	**13.3**
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.4		8.2	35	0.1
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140	10.1	6.2	10.6	144	0
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ	40	0.6	1.7	3.6	49	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.7	27	0
2008	К\К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
Итого			**505**	**13.1**	**8.7**	**43.9**	**328**	**0.1**
Всего				**46.1**	**34.3**	**177.1**	**1227**	**17.4**

Диетсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 февраля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯС МАСЛОМ	180	4.9	6.2	20.4	156	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1.4	9.8	24.5	188	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4.1	4	16.3	119	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2.4	6.7	17.8	140	0
Итого			**395**	**11.4**	**16.9**	**54.5**	**415**	**0**
II Завтрак								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.2		12.5	52	0
Итого			**180**	**0.2**		**12.5**	**52**	**0**
Обед								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЁНЫМ С ГОВЯДИНОЙ	180	7	3.3	17.5	132	5.4
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2.8	4.3	17.6	121	8.1
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	13	5.8	4.2	118	0.2
2008	141	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	165	9.7	12.9	15.5	219	16.5
2008	439	НАПИТОК ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	180			14	79	1.9
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			**610**	**26.1**	**13.9**	**77.1**	**553**	**15.6**
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0.5		11.3	48	0.2
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	11.6	7	12.2	185	0
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ	50	0.9	2.6	3.8	57	0
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			**600**	**15.5**	**10.6**	**60**	**437**	**0.2**
Всего				**53.2**	**41.4**	**204.1**	**1457**	**15.8**

Диетсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.