

Утверждаю

И.о. заведующего

МДОУ №4 "Буратино"

/Зимица О.А./



МЕНЮ

28 марта 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	4.1	5.9	14	126	0.5
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3.1	3.2	14.2	101	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.1	14.9	112	0
Итого			340	9.2	14.2	43.1	339	0.5
II Завтрак								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	160	0.2		9.3	38	0
Итого			160	0.2		9.3	38	0
Обед								
2008	94	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150	2.9	4.4	19.3	95	0
2008	346	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	110	2.8	3.2	12	89	23.5
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРЫ	60	3	4.7	19.3	144	0
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	150			15.5	77	1.1
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			510	11.3	12.7	85.1	487	24.6
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	150	4.2	4.7	6.8	87	0.8
2010	77	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2.1	3	17.8	107	8.9
2010	51	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	4.8	5.8	8.2	109	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	160	0.1		7	28	0.3
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
Итого			505	13.1	14.3	54.6	404	10
Всего				33.8	41.2	192.1	1268	35.1

Диетсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.

Утверждаю



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

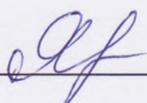
МЕНЮ

28 марта 2024 г.

Сад 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	180	3	6.7	13.2	142	0
2008	186	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2.1	6.1	14.8	122	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3.1	4.3	17.8	124	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	8.5	17.7	48.8	406	0
II Завтрак								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.2		12.5	52	0
Итого			180	0.2		12.5	52	0
Обед								
2008	94	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4.1	5	9.7	134	0
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (аллергики)	180	3.9	6.1	3.7	86	10.6
2008	346	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	130	3.4	3.8	13.8	105	27.9
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРЫ	70	12.5	6.8	15.2	172	0.1
2008	272	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	70	8.3	7.9	11.6	151	0
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	180			18.8	92	1.4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			610	23.3	16.1	81.3	606	29.4
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	180	5	5.5	8.1	105	0.9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2010	77	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2.5	3.8	21	128	10.5
2010	51	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	7.6	6.9	7.1	120	0
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	30	2.3	0.9	17.7	87	0
Итого			590	17.6	17.2	68.9	500	11.4
Всего				49.6	51	211.5	1564	40.8

Диетсестра _____ Громова Е.А.

Повар  _____ Яковлева Е.Н.