

Утверждаю

И.о. заведующего

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

12 апреля 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 | 32 | КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ | 150 | 4.4 | 5.5 | 17.8 | 136 | 0.5 |
| 2010 | 97 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 160 | 2.1 | 2.2 | 8.8 | 64 | 0 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 12 | 2.9 | 3.4 | | 42 | 0.1 |
| 2008 | КК | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1.9 | 0.8 | 14.8 | 73 | 0 |
| Итого | | | 347 | 11.3 | 11.9 | 41.4 | 315 | 0.6 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 150 | 4.6 | 4.9 | 6 | 86 | 0 |
| Итого | | | 150 | 4.6 | 4.9 | 6 | 86 | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 81 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150 | 1.9 | 2.4 | 17.2 | 52 | 0 |
| 2008 | 284 | "ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ | 100/40 | 12.9 | 14.8 | 16.1 | 247 | 1.3 |
| 2010 | 5 | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ | 40 | 0.7 | 2.8 | 3.8 | 43 | 1.8 |
| 2010 | 91 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 4.7 | 19 | 0 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2.6 | 0.4 | 19 | 82 | 0 |
| Итого | | | 520 | 18.1 | 20.4 | 60.8 | 443 | 3.1 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2008 | К/К | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1 | 0.2 | 23 | 92 | 4 |
| 2010 | 14 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 150 | 4.5 | 4.6 | 14.5 | 119 | 0.6 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0.1 | | 6.5 | 26 | 0 |
| 2008 | КК | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1.9 | 0.8 | 14.8 | 73 | 0 |
| 2008 | 451 | ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ЯЙЦОМ | 75 | 7.2 | 9.8 | 28.9 | 230 | 0 |
| Итого | | | 600 | 14.7 | 15.4 | 87.7 | 540 | 4.6 |
| Всего | | | | 48.7 | 52.6 | 195.9 | 1384 | 8.3 |

Диетсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.

