

Утверждаю

И.о. заведующего

МДОУ №4 "Буратино"

/Зимина О.А./



МЕНЮ

18 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Код бор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
010	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.4	5.5	17.8	136	0.5
008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1.4	9.8	24.5	188	0
010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3.1	3.2	14.2	101	0
012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.2	14.9	113	0
Итого			340	9.5	13.9	46.9	350	0.5
II Завтрак								
008	439	НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ	150			11.6	66	1.6
Итого			150			11.6	66	1.6
Обед								
008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150	3.4	2.9	5.4	71	0
008	325	РИС ОТВАРНОЙ	110	2.7	3.2	29.9	152	0
008	321	СУФЛЕ ИЗ КУРЫ	60	6.7	5.9	8.4	122	21.75
010	4	ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0.6	2.6	3.1	39	1.2
010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4.7	19	0
008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			550	16	15	70.5	485	22.95
Уплотненный полдник								
008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.3	0.1	8.3	40	30.3
010	К/К	ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	40	4.9	4.6	0.3	62	0
010	3	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	140	2.7	9.9	15.3	162	7.8
008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.1		6.7	27	0.3
008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
Итого			505	9.9	15.4	45.4	364	38.4
Итого				35.4	44.3	174.4	1265	63.45

Диетсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 апреля 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	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5.5	6.7	23.1	173	0.6
2008	185	КАША ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	180	2.3	5.5	18.2	127	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3.1	4.3	17.8	124	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0.1		9.9	40	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2.4	6.7	17.8	140	0
Итого			395	11	17.7	58.7	437	0.6
II Завтрак								
2008	439	НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ	180			14	79	1.9
Итого			180			14	79	1.9
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	3.4	4.8	9.8	115	0
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (аллергии)	180	3.9	6.1	5.6	94	8.4
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	130	3.2	7.2	14.7	118	0
2008	321	СУФЛЕ ИЗ КУРЫ	70	13.5	12.4	5	150	21.75
2008	272	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии)	70	8.3	7.9	11.6	151	0
2010	4	ИКРА МОРКОВНАЯ	50	0.7	3.4	3.9	50	1.6
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6.7	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			660	24.1	28.3	63.9	563	23.35
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.3	0.1	11.4	54	40
2010	К/К	ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	40	4.9	4.6	0.3	62	0
2010	3	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	160	3.2	11.4	17.7	186	9
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ (аллергии)	135	5.3	10.6	19.4	194	9.51
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.2	0.1	15	60	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0.1		9.9	40	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
Итого			590	10.9	17.1	62.1	449	49
Всего				46	63.1	198.7	1528	74.85

Диетсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.