

Утверждаю

И.о.заведующего

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./



# МЕНЮ

19 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.5	5.7	16.4	134	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
<b>Итого</b>			<b>347</b>	<b>11.4</b>	<b>12.1</b>	<b>40</b>	<b>313</b>	<b>0.6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР	150	4.6	4.9	6	86	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4.6</b>	<b>4.9</b>	<b>6</b>	<b>86</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150	4.7	5.7	9.8	109	3.9
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	60	1.5	1.9	8.4	56	3.9
2008	346	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	50	1.2	1.6	5.6	41	10.7
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	60	3.8	8.6	7.1	183	0
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	150			15.9	78	1.1
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>13.8</b>	<b>18.2</b>	<b>65.8</b>	<b>549</b>	<b>19.6</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.3		7.3	31	0.1
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	150	3.8	4.6	13.4	109	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
2010	108	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	8.1	6.1	35.5	229	0.1
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>14.2</b>	<b>11.5</b>	<b>77.5</b>	<b>468</b>	<b>0.8</b>
<b>Всего</b>				<b>44</b>	<b>46.7</b>	<b>189.3</b>	<b>1416</b>	<b>21</b>

Диетсестра Громова Е.А.

Повар Яковлева Е.Н.

