

Утверждаю

И.о.заведующего

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

# МЕНЮ

22 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>								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	2.7	4.3	21.7	134	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3.1	3.2	14.2	101	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.2	14.9	113	0
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>7.8</b>	<b>12.7</b>	<b>50.8</b>	<b>348</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0.2</b>	<b>23</b>	<b>92</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЁНЫМ С ГОВЯДИНОЙ	150	5.9	2.7	14.6	110	4.4
2010	79	ПЮРЕ "РОЗОВОЕ"	110	2.4	3.7	14.4	101	6.3
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	3.3	4.2	4	99	0
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
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>14.2</b>	<b>11</b>	<b>63.6</b>	<b>458</b>	<b>12.3</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>505</b>	<b>13.1</b>	<b>8.7</b>	<b>43.9</b>	<b>328</b>	<b>0.1</b>
<b>Всего</b>				<b>36.1</b>	<b>32.6</b>	<b>181.3</b>	<b>1226</b>	<b>16.4</b>

Диетсестра



Громова Е.А.

Повар



Яковлева Е.Н.

Утверждаю

И.о.заведующего

МДОУ №4 "Буратино"

/Зимина С.А./

# МЕНЮ

22 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	3	6.5	16.5	141	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1.4	5	19.7	125	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
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>8.5</b>	<b>17.5</b>	<b>52.1</b>	<b>405</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.2		12.4	52	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0.2</b>		<b>12.4</b>	<b>52</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ С ГОВЯДИНОЙ	180	7	3.2	17.5	131	5.4
2010	79	ПЮРЕ "РОЗОВОЕ"	130	2.7	4.4	15.7	114	6.9
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11.2	6.2	6.5	112	0
2008	141	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	160	8.7	12.3	14.7	207	15.5
2008	439	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180			14	79	1.9
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>24.2</b>	<b>14.3</b>	<b>77.5</b>	<b>539</b>	<b>14.2</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0.5		11.2	47	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
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>15.5</b>	<b>10.6</b>	<b>59.9</b>	<b>436</b>	<b>0.2</b>
<b>Всего</b>				<b>48.4</b>	<b>42.4</b>	<b>201.9</b>	<b>1432</b>	<b>14.4</b>

Диетсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.