

Утверждаю

И.о.заведующего

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

2 мая 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	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.2	4.9	16.6	126	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	115	4.1	7.6	25.7	188	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3.6	3.5	14.2	104	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	160	0.1		9.9	40	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.2	14.9	113	0
Итого			340	9.8	13.6	45.7	343	0
II Завтрак								
2008	439	НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ	150			12.2	69	1.7
Итого			150			12.2	69	1.7
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150	4.8	5.9	8.4	107	3.5
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2.5	4	42.3	172	0
2010	55	ГУЛЯШ	30/30	9.7	13.4	3.4	174	0.7
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			510	19.6	23.7	77.8	554	4.2
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.2	0.1	7.9	38	27.4
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	140	7.8	8.8	16.6	181	13.8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.5	26	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
Итого			465	10	9.7	45.8	318	41.2
Всего				39.4	47	181.5	1284	47.1

Диетсестра _____

Громова Е.А.

Повар _____

Яковлева Е.Н.

Утверждаю

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



МЕНЮ

2 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	4.9	6.2	20.4	156	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	130	4.9	7.7	30.4	210	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4.1	4	16.3	119	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	37	2.4	6.7	17.8	140	0
Итого			397	11.4	16.9	54.5	415	0
II Завтрак								
2008	439	НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ	180			14.6	83	2
Итого			180			14.6	83	2
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180	5.7	7	10.3	127	4.2
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6.8	7	17.4	151	0
2010	55	ГУЛЯШ	40/40	11.4	15.5	4	202	0.8
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6.9	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			620	27.2	30	62.4	610	5
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.3	0.1	9.4	45	33.2
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	160	9	10.2	18.9	206	15.4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.2	0.1	15	60	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
Итого			550	11.8	11.3	61	398	48.6
Всего				50.4	58.2	192.5	1506	55.6

Диетсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.