

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 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								
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.5	5.5	16.4	133	0.5
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	2.1	2.2	8.8	64	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5	14.9	111	0
Итого			340	8.6	12.7	40.1	308	0.5
II Завтрак								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	160	0.1		7.8	32	0
Итого			160	0.1		7.8	32	0
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ,	150	5.1	3.2	6.5	76	11.5
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	110	2.7	3.1	30.1	153	0
2010	48	РЫБА, ТУШЁННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	3.7	5.2	6.4	132	1.8
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	150			15.6	77	1.1
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			510	14.1	11.9	77.6	520	14.4
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.2		6.7	28	0.1
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	4.2	4.8	12.5	111	0.6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.6	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	90	7.8	4.9	49.9	273	0.1
Итого			565	14.2	10.5	90.5	512	0.8
Всего				37	35.1	216	1372	15.7

Диетсестра Громова Е.А.

Повар Яковлева Е.Н.

