

Утверждаю

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



МЕНЮ

3 мая 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая 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.

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5.6	7	21.1	169	0.6
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2.3	5.8	16.3	124	0
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.3	3	14.2	112	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
Итого			395	10.3	16.7	53.1	421	0.6
II Завтрак								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.1		8.9	36	0
Итого			180	0.1		8.9	36	0
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ,	180	6.6	3.5	9	96	18.7
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	130	3.2	7.2	14.7	118	0
2010	48	РЫБА, ТУШЁННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	16.5	9	7	168	2.8
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	180			18.8	92	1.4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			620	29.6	20.2	73.3	577	22.9
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0.3		9.8	40	0.1
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	180	5.1	5.7	15.1	133	0.7
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
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	90	7.9	4.6	52.3	281	0.1
Итого			660	15.8	11.3	109.9	601	0.9
Всего				55.8	48.2	245.2	1635	24.4

Диетсестра Гр Громова Е.А.

Повар Я Яковлева Е.Н.