

Утверждаю

И.о.заведующего

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./



МЕНЮ

15 мая 2024 г.

Ясли 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	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4	5	16.9	128	0.5
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2	10	23.5	188	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	160	4	4	12.3	103	0.6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	160	0.1		9.9	40	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
Итого			347	12.8	13.2	44	346	1.2
II Завтрак								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
Итого			200	1	0.2	23	92	4
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	3.8	3.2	7.3	77	6.1
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2.5	3.7	15	104	6.8
2010	48	РЫБА, ТУШЁННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	13.2	7.8	5.4	139	2.3
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0.1	0.1	10	42	1.2
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			510	22.2	15.2	56.7	444	16.4
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.4		8.4	36	0.1
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12.3	15.7	2.3	197	0
2012	4	ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ	30	0.9		1.7	10	1.2
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
Итого			475	15.6	16.5	33.7	342	1.3
Всего				51.6	45.1	157.4	1224	22.9

Диетсестра _____ Громова Е.А.

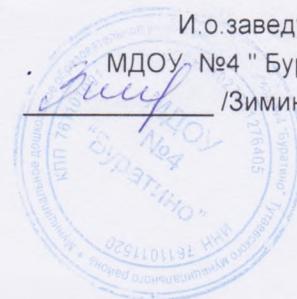
Повар _____ Яковлева Е.Н.

Утверждаю

И.о. заведующего

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./



МЕНЮ

15 мая 2024 г.

Сад 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	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	4.8	6.3	20.8	158	0.6
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2	3.5	17.1	104	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4.5	4.5	14.9	120	0.7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3.7	4.3		53	0.1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
Итого			405	15.3	16	53.4	418	1.4
II Завтрак								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
Итого			200	1	0.2	23	92	4
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4.4	3.9	8.9	91	7.4
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2.7	4.1	14.3	105	6.4
2010	48	РЫБА, ТУШЁННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	70	15.4	8.8	6.1	158	2.7
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	13.1	55	1.4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			590	25.9	17.4	66.2	512	17.9
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0.5		11.4	48	0.2
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	14.3	17.8	2.5	228	0
2012	4	ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ	40	1.2		2.3	14	1.6
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			570	18.5	18.8	48.9	437	1.8
Всего				60.7	52.4	191.5	1459	25.1

Диетсестра _____

Громова Е.А.

Повар _____

Яковлева Е.Н.