

Утверждаю



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

МЕНЮ

17 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	5.6	16.4	133	0.5
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2.4	10.2	22.8	188	0
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	2.1	2.2	8.8	64	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	160	0.1		9.9	40	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2.9	3.4		43	0.1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
Итого			347	11.4	12	40	313	0.6
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	150	4.6	4.9	6	86	0
Итого			150	4.6	4.9	6	86	0
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150	4.7	5.9	9.7	111	4
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	140	6.9	10	21	203	10.6
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			480	14.2	16.3	65.3	473	15.7
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.4		8.3	35	0.1
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	150	3.8	4.6	13.2	108	0.6
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	120	2.8	7.3	29.6	188	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.4	26	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
2010	108	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	8.1	5.9	35.6	227	0.1
Итого			550	14.3	11.3	78.3	469	0.8
Всего				44.5	44.5	189.6	1341	17.1

Диетсестра _____

Громова Е.А.

Повар _____

Яковлева Е.Н.

Утверждаю

И.о.заведующего

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./



МЕНЮ

17 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	21.2	169	0.6
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2.7	4.1	16.9	113	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
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3.7	4.3		53	0.1
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
Итого			405	13.9	15.2	53.1	421	0.7
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	180	5.4	5.8	7.2	102	0
Итого			180	5.4	5.8	7.2	102	0
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180	5.5	6.9	11.6	132	4.9
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (аллергики)	180	4.1	4.5	3.7	73	10.6
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	160	9.9	14.2	21.9	258	10.9
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	180			18.7	92	1.4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			570	18.7	21.6	76	585	17.2
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0.5		11.3	48	0.2
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	180	4.1	5.8	19.5	143	0
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	3.2	5	34.7	188	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
2010	108	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	8.1	6	35.6	228	0.1
Итого			645	15.2	12.8	99.1	566	0.3
Всего				53.2	55.4	235.4	1674	18.2

Диетсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.