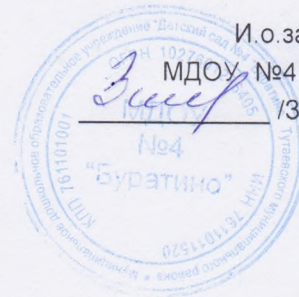


Утверждаю

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




# МЕНЮ

20 мая 2024 г.

## Ясли 12 часов

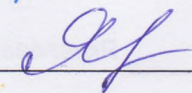
Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	2.7	4.3	21.7	134	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1.4	9.8	24.6	188	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3.1	3.2	14.2	101	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
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>7.8</b>	<b>12.7</b>	<b>50.8</b>	<b>348</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0.2</b>	<b>23</b>	<b>92</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ С ГОВЯДИНОЙ	150	5.9	2.9	14.5	111	4.5
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2.4	3.4	14.5	99	6.8
2010	48	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	12.2	7.6	5.5	135	2
2008	439	НАПИТОК ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	150			11.6	66	1.6
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>23.1</b>	<b>14.3</b>	<b>65.1</b>	<b>493</b>	<b>14.9</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.4		8.4	36	0.1
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	145	7.8	9.2	16.9	184	14.1
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
<b>Итого</b>			<b>470</b>	<b>10.2</b>	<b>10</b>	<b>46.6</b>	<b>319</b>	<b>14.2</b>
<b>Всего</b>				<b>42.1</b>	<b>37.2</b>	<b>185.5</b>	<b>1252</b>	<b>33.1</b>

Диетсестра



Громова Е.А.

Повар



Яковлева Е.Н.

Утверждаю



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

# МЕНЮ

20 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	3	6.5	16.5	141	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1.2	3.3	15.7	94	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3.1	4.3	17.8	124	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
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>8.5</b>	<b>17.5</b>	<b>52.1</b>	<b>405</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.2		12.5	52	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0.2</b>		<b>12.5</b>	<b>52</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ С ГОВЯДИНОЙ	180	7	3.3	17.4	132	5.4
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2.9	4.1	17.1	117	8
2010	48	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	70	14.5	9	6.3	159	2.4
2008	439	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180			14	79	1.9
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>27.7</b>	<b>16.9</b>	<b>78.6</b>	<b>590</b>	<b>17.7</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0.5		11.3	47	0.2
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	160	8.9	10.5	19.1	209	15.6
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
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>11.9</b>	<b>11.5</b>	<b>63.1</b>	<b>403</b>	<b>15.8</b>
<b>Всего</b>				<b>48.3</b>	<b>45.9</b>	<b>206.3</b>	<b>1450</b>	<b>33.5</b>

Диетсестра Гр Громова Е.А.

Повар Яф Яковлева Е.Н.