

Утверждаю

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



МЕНЮ

17 июня 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								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.2	4.9	16.6	126	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1.4	9.8	24.6	188	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3.6	3.5	14.2	104	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	160	0.1		9.9	40	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.2	15	113	0
Итого			340	9.8	13.6	45.8	343	0
II Завтрак								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.2		10.7	44	0
Итого			150	0.2		10.7	44	0
Обед								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЁНЫМ С ГОВЯДИНОЙ	150	5.9	2.9	14.3	111	4.5
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2.5	3.4	14.6	100	6.7
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	11.1	5	3.9	100	0.2
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
Итого			510	22.1	11.7	63.4	459	13
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.4		8.5	36	0.1
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	140	7.8	8.5	16.6	177	14.2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.7	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.9	73	0
Итого			465	10.2	9.3	46.7	313	14.3
Всего				42.3	34.6	166.6	1159	27.3

Диетсестра  Громова Е.А.
Повар  Яковлева Е.Н.

