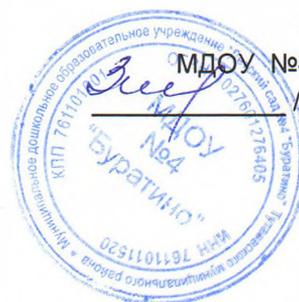


Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./



МЕНЮ

22 июля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	4.9	6.2	20.5	156	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	130	4.9	7.7	30.4	210	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4.1	4	16.5	119	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	11.4	16.9	54.8	415	0
II Завтрак								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0.5		11.4	48	0.2
Итого			180	0.5		11.4	48	0.2
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	180	4.2	3.7	9.5	90	0.8
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6.8	7	17.4	151	0
2010	55	ГУЛЯШ	40/40	13.9	14.8	4	206	0.8
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6.8	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			620	28.2	26	61.5	577	1.6
Уплотненный полдник								
2017	118	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	180			174.6	702	0
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	160	9	10.2	19.1	206	15.4
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
2008	К/К	СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	30	3.3	1.4	24.9	123	0
Итого			580	14.8	12.6	251.3	1178	15.4
Всего				54.9	55.5	379	2218	17.2

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Печенкина И.В.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

Зими́на О.А./



МЕНЮ

22 июля 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		
Завтрак								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	4.9	6.2	20.5	156	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	130	4.9	7.7	30.4	210	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4.1	4	16.5	119	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	11.4	16.9	54.8	415	0
II Завтрак								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0.5		11.4	48	0.2
Итого			180	0.5		11.4	48	0.2
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	180	4.2	3.7	9.5	90	0.8
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6.8	7	17.4	151	0
2010	55	ГУЛЯШ	40/40	13.9	14.8	4	206	0.8
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6.8	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			620	28.2	26	61.5	577	1.6
Уплотненный полдник								
2017	118	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	180			174.6	702	0
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	160	9	10.2	19.1	206	15.4
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
2008	К/К	СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	30	3.3	1.4	24.9	123	0
Итого			580	14.8	12.6	251.3	1178	15.4
Всего				54.9	55.5	379	2218	17.2

Старшая медсестра _____

Громова Е.А.

Повар _____

Печенкина И.В.