**Утверждаю**



**МЕНЮ**

11 сентября 2025 г.

**Сад 12 часов**

'‘bypa-WHo’

Заведующий №4" Буратино'1 - /Зимина О.А./

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Сбор­ник рецеп­тур** | **№ техн, карты** | **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге­тическая ценность, ккал** | **Вита­мин С, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угле­воды, г** |
| Завтрак |
| 2010 | 34 | КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ | 180 | 5,2 | 7,6 | 17,8 | 162 | 0,6 |
| 2008 | 186 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики) | 180 | 2,1 | 10,9 | 19,6 | 185 | 0 |
| 2010 | 98 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 180 | 3,1 | 4,3 | 17,8 | 124 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | 0 |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 35 | 2,3 | 6,6 | 17,2 | 137 | 0 |
| Итого | **395** | **10,6** | **18,5** | **52,8** | **423** | **0,6** |
| Л Завтрак |
| 2008 | 411 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 100 | 0,1 |  | 7,1 | 29 | 0 |
| Итого | **100** | **0,1** |  | **7,1** | **29** | **0** |
| Обед |
| 2008 | Я | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ | 180 | 7,6 | 5,4 | 12,7 | 132 | 6,1 |
| 2012 | 66 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики) | 180 | 4,7 | 6,2 | 8,9 | 111 | 14,5 |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЁНАЯ | 130 | 3,2 | **3,9** | 21,3 | 135 | 29,63 |
| 2012 | 305 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРЫ | 70 | 12,5 | 6,7 | 15,3 | 172 | 0,1 |
| 2012 | 383 | КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ | 180 |  |  | 18,7 | 92 | 1,4 |
| 2008 | ЮК | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,3 | 0,5 | 23,8 | 103 | 0 |
| Итого | **610** | **26,6** | **16,5** | **91,8** | **634** | **37,23** |
| Уплотненный полдник |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | 0,3 | 0,1 | 9,5 | 46 | 33,1 |
| 2010 | 24 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ ‘ | 160 | 3,5 | 9,6 | 25,3 | 202 | 12,9 |
| 2008 | к/к | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 30 | 0,2 |  | 0,7 | **4** | 3 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 8,8 | 36 | 0 |
| 2008 | К\К | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | **2,3** | 0,9 | 17,7 | 87 | 0 |
| Итого | **550** | **6,4** | **10,6** | **62** | **375** | **49** |
| Всего | **43,7** | **45,6** | **213,7** | **1461** | **86,83** |

Громова E.A.

Яковлева E.H.



**МЕНЮ**

11 сентября 2025 г.

Заведующий У №4" Буратино" /Зимина О.А./

**Ясли 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 | 34 | КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ | 150 | 4,4 | 6,2 | 14,5 | 133 | 0,5 |
| 2010 | 98 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 150 | 2,9 | 3 | 13,4 | 95 | 0 |
| 2012 | 1 . | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 2 | 5,2 | 15 | 113 | 0 |
| Итого | **330** | **9,3** | **14,4** | 42,9 | **341** | **0,5** |
| II Завтрак |
| 2008 | 411 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 100 | 0,1 |  | 5,9 | 24 | 0 |
| Итого | **100** | **0,1** |  | **5,9** | **24** | **0** |
| Обед |
| 2008 | 94 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ | 150 | 6,4 | 4,8 | 10,6 | 113 | 5 |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЁНАЯ | 110 | 2,4 | 3,2 | 18,6 | 105 | 25,11 |
| 2012 | 305 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРЫ | 60 | 10,7 | 6,1 | 13,2 | 150 | 0,1 |
| 2012 | 383 | КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ | 150 |  |  | 15,6 | 77 | 1,1 |
| 2008 | к/к | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 19 | 82 | 0 |
| Итого | **510** | **22,1** | **14,5** | **77** | **527** | **,31,31** |
| Уплотненный полдник |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 130 | 0,2 | 0,1 | 6,9 | 33 | **25,6** |
| 2010 | 24 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ | 140 | 3,1 | 8,4 | 22,3 | 177 | 11,4 |
| 2008 | к/к | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 20 | 0,2 |  | 0,5 | **3** | 2 |
| 2008 | 431 | 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** | **5,5** | **9,3** | **51,3** | **313** | **39** |
| Всего | 37 | **38,2** | **177,1** | **1205** | **70,81** |

Громова Е.А.

Яковлева Е.Н.