

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./



МЕНЮ

17 сентября 2025 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		
Завтрак								
2010	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,9	5,6	19,7	148	0,5
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1,4	9,8	24,5	188	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,7	3,7	11,7	96	0,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,2	0,1	12,9	52	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	3	3,4		43	0,1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,8	14,8	73	0
Итого			337	13,5	13,5	46,2	360	1,2
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	3,7	3,2	7,3	77	6
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2,1	3,2	34,9	145	0
2010	59	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	10,5	10,7	13,4	190	0,4
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	10,1	43	1,2
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19	82	0
Итого			510	19	17,6	84,7	537	7,6
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	130	0,3		7,4	31	0,1
2008	217	ОМЛЕТ С РЫБОЙ	120	11,4	20,5	12,4	236	0
2012	4	ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ	30	0,9		1,7	10	1,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,7	27	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,8	14,8	73	0
Итого			455	14,6	21,3	43	377	1,3
Всего				47,1	52,4	173,9	1274	10,1

Старшая медсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

Зими́на О.А./

МЕНЮ

17 сентября 2025 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								
2010	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	6,2	7,1	25,6	189	0,6
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1,4	9,8	24,5	188	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,5	4,5	14,9	120	0,
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,2	0,1	14,6	58	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,7	4,3		53	0,1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	17,7	87	0
Итого			405	16,7	16,8	58,2	449	1,4
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,4	3,8	8,7	91	7,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3	4,6	37,2	153	0
2010	59	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	12,4	12,6	15,7	225	0,4
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	13,1	55	1,4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
Итого			610	23,2	21,6	98,5	627	9,1
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,4		9,3	39	0,1
2008	217	ОМЛЕТ С РЫБОЙ	140	14,7	23,8	4	248	0
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	175	8,4	12,5	24,9	247	14,2
2012	4	ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ	40	1,2		2,3	14	1,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	17,7	87	0
Итого			540	18,8	24,8	48,3	448	1,7
Всего				58,7	63,2	205	1524	12,2

Старшая медсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.