

Утверждаю



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

МЕНЮ

18 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	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,4	5,5	17,4	135	0,5
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	2,9	3	13,4	95	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,2	0,1	12,9	52	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5,2	15	113	0
Итого			330	9,3	13,7	45,8	343	0,5
II Завтрак								
2008	439	НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ	100			7,8	44	1,1
Итого			100			7,8	44	1,1
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150	4,7	5,9	9,9	111	3,8
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
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,7	19	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19	82	0
Итого			510	20,4	15,6	65,4	467	29,01
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	130	3,7	4	5,9	76	0,7
2010	К/К	ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	40	4,9	4,6	0,3	62	0
2010	3	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	140	2,7	9,9	15,2	162	7,7
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			485	13,3	19,3	43	400	8,4
Всего				43	48,6	162	1254	39,01

Старшая медсестра

[Signature]

Громова Е.А.

Повар

[Signature]

Яковлева Е.Н.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

18 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	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5	6,8	21,1	164	0,6
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2	10	23,5	188	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	14,6	58	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	6,7	17,3	137	0
Итого			395	10,4	17,8	56,2	425	0,6
II Завтрак								
2008	439	НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ	100			7,8	44	1,1
Итого			100			7,8	44	1,1
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180	5,5	6,8	11,7	131	4,7
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	180	4,9	11,3	13,7	177	6,9
2008	346	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	130	3,2	3,9	21,3	135	29,63
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРЫ	70	12,6	6,7	15,2	171	0,1
2010	59	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	85	12,6	18,3	20,5	296	0,6
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,9	28	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
Итого			610	24,6	17,9	78,9	568	34,43
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	150	4,2	4,7	6,8	87	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,2	0,1	12,1	48	0
2010	К/К	ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	40	4,9	4,6	0,3	62	0
2010	3	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	160	3,2	11,3	17,7	186	9
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	145	4,8	10,3	30,3	233	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9	36	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	17,7	87	0
Итого			560	14,7	21,5	51,5	458	9
Всего				49,7	57,2	194,4	1495	45,13

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.