

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

19 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								
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,8	5,9	17	139	0,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,4	26	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	3	3,5		43	0,1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,8	14,9	73	0
Итого			337	9,8	10,2	38,3	281	0,6
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150	5,1	3,6	5,3	78	6,4
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,6	3,7	15,3	105	7,2
2008	280	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	60	9,6	9,9	7,3	158	0,8
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЕРНИКИ	150			15,6	77	1,1
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19	82	0
Итого			510	19,9	17,6	62,5	500	15,5
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	130	0,2	0,1	6,8	33	26
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	150	3,8	4,9	13,3	111	0,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,4	26	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,8	14,9	73	0
2010	108	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	8,2	5,9	35,8	228	0
Итого			530	14,2	11,7	77,2	471	26,6
Всего				43,9	39,5	178	1252	42,7

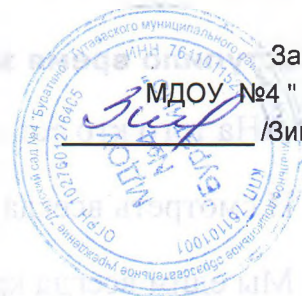
Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.

Утверждаю



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

МЕНЮ **19 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								
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5,9	7,3	21,7	175	0,6
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	180	4,9	10,7	36,1	252	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,7	4,3		53	0,1
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	17,7	87	0
Итого			405	12,1	12,6	54,4	375	0,7
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	5,9	3,9	6,4	90	7,7
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (аллергики)	180	5,1	11,2	8,4	155	14,2
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3	4,2	17,6	120	5
2008	280	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	70	11,2	11,6	8,3	182	0,9
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЕРНИКИ	180			18,9	92	1,4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
Итого			610	23,4	20,2	75	587	15
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	9,4	45	33,2
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	180	4,1	5,8	19,5	143	0
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	3,4	10	37,1	243	0
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
2010	108	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	8	5,9	35,6	227	0
Итого			615	14,9	12,8	97,2	562	33,2
Всего				50,4	45,6	226,6	1524	48,9

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.