

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

**МЕНЮ**

8 сентября 2025 г.

**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 | 31 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯС МАСЛОМ | 150 | 4,5 | 5,3 | 17,2 | 132 | 0 |
| 2010 | 98 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 150 | 3,4 | 3,3 | 13,3 | 97 | **0** |
| 2012 | 2 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 30 | 1,6 | 0,6 | 17,5 | 81 | 0 |
| Итого | | | **330** | **9,5** | **9,2** | **48** | **310** | **0** |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 10 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЁНЫМ С ГОВЯДИНОЙ | 150 | 5,9 | 2,9 | 14,4 | 111 | 4,3 |
| 2010 | 79 | ПЮРЕ "РОЗОВОЕ" | 110 | 2,4 | 3,8 | 14,3 | 102 | 6,4 |
| 2010 | 51 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 60 | 9,4 | 4,6 | 11,3 | 120 | 0,6 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ | 150 |  |  | 11,6 | 66 | 1,6 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 19 | 82 | 0 |
| Итого | | | **510** | **20,3** | **11,7** | **70,6** | **481** | **12,9** |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 410 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 130 | 0,3 |  | 7,2 | 31 | 0,1 |
| 2010 | 83 | РАГУ ОВОЩНОЕ | 140 | 3,2 | 7,1 | 16,5 | 144 | 13,5 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | о,1 |  | 6,6 | 27 | 0 |
| 2008 | к\к | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,9 | 0,8 | 14,8 | 73 | 0 |
| Итого | | | **445** | **5,5** | **7,9** | **45,1** | **275** | **13,6** |
| Всего | | | | **35,3** | **28,8** | **163,7** | **1066** | **26,5** |

Старшая медсестра ^^ Громова Е.А.

Повар С»^^-— Яковлева Е.Н.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 ЖИДКАЯС МАСЛОМ | 180 | 5,3 | **6,6** | 21 | 162 | 0 |
| 2010 | 75 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики) | 130 | 4,8 | 5,5 | 30,3 | 190 | 0 |
| 2010 | 98 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 180 | 4,1 | 4 | 16,3 | 119 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180 | 0,2 | 0,1 | 14,6 | 58 | 0 |
| 2012 | 2 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 40 | 2 | 0,8 | 23,2 | 108 | 0,1 |
| Итого | | | **400** | **11,4** | **11,4** | **60,5** | **389** | **0,1** |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 10 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЁНЫМ С ГОВЯДИНОЙ | 180 | 7 | 3,3 | 17,4 | 132 | 5,2 |
| 2010 | 79 | ПЮРЕ "РОЗОВОЕ" | 130 | 2,8 | 4,3 | 15,7 | 113 | **6,9** |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики) | 130 | 1,9 | 5,3 | 16 | 119 | 8,1 |
| 2010 | 51 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 70 | 11,1 | 5,3 | **13,4** | 141 | 0,7 |
| 2012 | 273 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики) | 60 | 17,8 | 15,1 | 0,3 | 208 | 0,2 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ | 180 |  |  | 14 | 79 | 1,9 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,3 | 0,5 | 23,8 | 103 | 0 |
| Итого | | | **610** | **24,2** | **13,4** | **84,3** | **568** | **14,7** |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 410 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | **0,4** |  | 9,3 | 39 | 0,1 |
| 2010 | 83 | РАГУ ОВОЩНОЕ | 160 | 3,8 | 8,3 | 19 | 166 | 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 |
| Итого | | | **520** | **6,7** | **9,3** | **61** | **352** | **15,5** |
| Всего | | | | 42,3 | **34,1** | **205,8** | **1309** | **30,3** |



>5-

**МЕНЮ**

8 сентября 2025 г.

**Сад 12 часов**

■^^^ Заведующий

\_ МДОУ- '№4 " Буратино" /Зимина О.А./

~7^

^Owqi/sies0^

Громова Е.А.

Яковлева Е.Н.

