



Руководитель  
Центр развития- детский сад № 4 "Буратино"  
/Зимина О.А./

## МЕНЮ

13 октября 2025 г.

### Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                         | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                            |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2010                          | 31                  | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ С МАСЛОМ    | 180   | 5,25              | 6,60    | 20,94            | 161,89                                   | 0,62                  |
| 2010                          | 75                  | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ (аллергики) | 130   | 4,69              | 5,40    | 30,09            | 188,71                                   | 0,00                  |
| 2010                          | 98                  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ                 | 180   | 3,10              | 4,30    | 17,80            | 124,10                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)                  | 180   | 0,20              | 0,10    | 15,00            | 60,00                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                         | 37    | 2,26              | 6,67    | 17,22            | 137,06                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                            | 397   | 10,61             | 17,57   | 55,96            | 423,05                                   | 0,62                  |
| Обед                          |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 105                 | СУП С МАКАРОННЫМИ<br>ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ | 180   | 4,32              | 3,83    | 9,38             | 90,24                                    | 0,65                  |
| 2010                          | 74                  | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                 | 130   | 7,29              | 4,77    | 39,14            | 216,12                                   | 0,00                  |
| 2010                          | 55                  | ГУЛЯШ                                      | 35/35 | 13,03             | 13,93   | 3,69             | 191,95                                   | 0,71                  |
| 2010                          | 91                  | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                | 180   | 0,00              | 0,00    | 6,78             | 27,09                                    | 0,00                  |
| 2008                          | К/К                 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 50    | 3,25              | 0,50    | 23,75            | 102,50                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                            | 610   | 27,89             | 23,03   | 82,74            | 627,90                                   | 1,42                  |
| Уплотненный полдник           |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 441                 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ<br>ШИПОВНИКА             | 150   | 0,27              | 0,12    | 9,55             | 45,53                                    | 33,33                 |
| 2010                          | 24                  | КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ                          | 160   | 3,53              | 9,62    | 25,35            | 202,83                                   | 12,94                 |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ                              | 180   | 0,20              | 0,10    | 15,00            | 60,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | К/К                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 30    | 2,25              | 0,90    | 17,70            | 87,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                            | 520   | 6,25              | 10,74   | 67,60            | 395,36                                   | 46,27                 |
| Всего                         |                     |                                            |       | 44,75             | 51,34   | 206,30           | 1 446,31                                 | 48,31                 |

Старшая воспитатель

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.



Руководитель  
Центр развития- детский сад № 4 "Буратино"  
/Зими́на О.А./

## МЕНЮ

13 октября 2025 г.

### Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                         | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                            |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2010                          | 31                  | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ С МАСЛОМ    | 150   | 4,36              | 5,30    | 17,12            | 131,90                                   | 0,52                  |
| 2010                          | 98                  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ                 | 150   | 2,91              | 2,98    | 13,35            | 95,03                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                         | 30    | 1,94              | 5,10    | 14,83            | 112,22                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                            | 330   | 9,21              | 13,38   | 45,30            | 339,15                                   | 0,52                  |
| Обед                          |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 105                 | СУП С МАКАРОННЫМИ<br>ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ | 150   | 3,66              | 3,16    | 7,83             | 75,42                                    | 0,57                  |
| 2010                          | 74                  | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                 | 110   | 6,17              | 4,07    | 33,15            | 183,35                                   | 0,00                  |
| 2010                          | 55                  | ГУЛЯШ                                      | 25/25 | 9,60              | 10,41   | 3,07             | 144,28                                   | 0,68                  |
| 2010                          | 91                  | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                | 150   | 0,00              | 0,00    | 4,52             | 18,06                                    | 0,00                  |
| 2008                          | К/К                 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 40    | 2,60              | 0,40    | 19,00            | 82,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                            | 500   | 22,03             | 18,04   | 67,57            | 503,11                                   | 1,25                  |
| Уплотненный полдник           |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 441                 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ<br>ШИПОВНИКА             | 130   | 0,22              | 0,09    | 6,99             | 33,84                                    | 26,61                 |
| 2010                          | 24                  | КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ                          | 140   | 3,06              | 8,49    | 22,21            | 178,16                                   | 11,32                 |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ                              | 150   | 0,06              | 0,00    | 6,58             | 26,52                                    | 0,01                  |
| 2008                          | К/К                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 25    | 1,88              | 0,75    | 14,75            | 72,50                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                            | 445   | 5,22              | 9,33    | 50,53            | 311,02                                   | 38,00                 |
| Всего                         |                     |                                            |       | 36,46             | 40,75   | 163,40           | 1 153,28                                 | 39,77                 |

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.