

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



МЕНЮ

14 октября 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	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	3,97	5,30	19,77	140,43	0,52
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,97	2,07	8,23	60,16	0,00
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,94	5,10	14,83	112,22	0,00
Итого			330	7,88	12,47	42,83	312,81	0,52
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	150	4,54	4,84	6,05	85,95	0,00
Итого			150	4,54	4,84	6,05	85,95	0,00
Обед								
2010	6	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	3,63	3,65	7,06	79,76	4,80
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,55	3,59	15,25	103,86	7,17
2010	48	РЫБА, ТУШЁННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	3,70	5,20	6,40	132,40	1,80
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	150	0,01	0,00	15,89	77,39	1,14
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,60	0,40	19,00	82,00	0,00
Итого			510	12,49	12,84	63,60	475,41	14,91
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	130	3,66	4,04	5,92	75,58	0,68
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	9,40	14,20	39,10	301,90	0,00
2008	431	ЧАЙ	150	0,06	0,00	0,13	0,72	0,01
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,60	11,80	58,00	0,00
2008	К/К	СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	30	3,30	1,35	24,90	123,00	0,00
Итого			480	17,92	20,19	81,85	559,20	0,69
Всего				42,83	50,34	194,33	1 433,37	16,12

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.

Утверждаю

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



МЕНЮ

14 октября 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	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	4,87	6,68	25,27	177,61	0,62
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	180	4,52	7,31	25,06	184,44	1,16
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,30	3,00	14,20	112,20	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,19	0,10	14,55	58,20	0,00
2012	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	45	2,53	0,99	27,39	127,57	0,06
Итого			405	9,70	10,67	66,86	417,38	0,68
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	180	5,45	5,81	7,27	103,14	0,00
Итого			180	5,45	5,81	7,27	103,14	0,00
Обед								
2010	6	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,28	4,02	8,63	92,39	5,74
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (аллергии)	180	4,61	6,13	8,93	110,58	14,56
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,97	4,17	17,55	119,96	8,24
2010	48	РЫБА, ТУШЁННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	70	14,08	7,60	6,03	143,74	2,42
2012	273	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	60	16,99	14,53	0,67	201,06	0,34
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,01	0,00	18,86	91,97	1,36
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,25	0,50	23,75	102,50	0,00
Итого			610	24,59	16,29	74,82	550,56	17,76
Уплотненный полдник								
2017	118	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	150	0,00	0,00	144,92	582,66	0,00
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/35	14,20	21,80	40,90	349,90	0,00
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии)	145	4,69	10,24	30,09	232,31	0,00
2008	431	ЧАЙ	180	0,07	0,00	0,15	0,84	0,02
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,90	17,70	87,00	0,00
2008	К/К	СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	30	3,30	1,35	24,90	123,00	0,00
Итого			575	19,82	24,05	228,57	1 143,40	0,02
Всего				59,56	56,82	377,52	2 214,48	18,46

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.