

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

1 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	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	5,02	5,73	19,82	148,58	0,52
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,72	3,77	11,63	96,52	0,56
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,92	3,40	0,00	42,31	0,08
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,75	14,75	72,50	0,00
Итого			337	13,54	13,65	46,20	359,91	1,16
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	3,74	3,39	7,29	78,68	6,05
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2,10	3,20	34,90	145,40	0,00
2010	59	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	10,56	10,82	13,41	192,76	0,35
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,12	0,12	10,27	43,35	1,20
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,60	0,40	19,00	82,00	0,00
Итого			510	19,12	17,93	84,87	542,19	7,60
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	130	0,34	0,02	7,17	30,49	0,11
2008	217	ОМЛЕТ С РЫБОЙ	120	11,40	20,48	12,44	235,60	0,00
2012	4	ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ	30	0,87	0,00	1,75	10,17	1,20
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,06	0,00	6,58	26,52	0,01
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,75	14,75	72,50	0,00
Итого			455	14,55	21,25	42,69	375,28	1,32
Всего				47,21	52,83	173,76	1 277,38	10,08

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №4 "Буратино"

Зими́на О.А.

МЕНЮ

1 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	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	6,26	7,18	25,45	188,11	0,62
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1,35	4,97	19,69	125,18	0,00
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,46	4,51	14,89	119,52	0,67
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,10	14,55	58,20	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,68	4,28	0,00	53,18	0,11
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,90	17,70	87,00	0,00
Итого			405	16,65	16,87	58,04	447,81	1,40
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,41	3,73	8,72	90,60	7,25
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3,00	4,60	37,20	153,47	0,00
2010	59	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	12,26	12,60	15,76	224,66	0,44
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,14	0,14	13,09	55,08	1,44
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,25	0,50	23,75	102,50	0,00
Итого			610	23,06	21,57	98,52	626,31	9,13
Уплотненный полдник								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,38	0,02	9,37	39,45	0,12
2008	217	ОМЛЕТ С РЫБОЙ	140	14,70	23,81	4,00	248,20	0,00
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	165	8,21	12,13	19,78	223,21	13,99
2012	4	ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ	40	1,16	0,00	2,33	13,58	1,60
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,90	17,70	87,00	0,00
Итого			540	18,69	24,83	48,40	448,23	1,72
Всего				58,40	63,27	204,96	1 522,35	12,25

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.