

Утверждаю

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

МЕНЮ 3 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								
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5,92	7,45	21,73	176,08	0,62
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	180	4,89	10,70	36,06	251,61	0,00
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,30	3,00	14,20	112,20	0,00
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	14,15	15,63	53,63	428,46	0,73
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	5,91	4,11	6,24	90,82	7,71
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,97	4,21	17,56	120,42	5,00
2008	280	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	70	11,18	11,71	8,25	183,08	0,94
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЕРНИКИ	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	23,32	20,53	74,66	588,79	15,01
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,27	0,12	9,55	45,53	33,33
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	180	4,10	5,80	19,47	142,90	0,00
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	3,36	9,98	37,09	242,66	0,00
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
2010	108	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	7,95	5,87	35,69	227,54	0,08
Итого			615	14,77	12,79	97,41	562,97	33,41
Всего				52,24	48,95	225,70	1 580,22	49,15

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.

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



МЕНЮ

3 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								
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,77	5,90	17,05	139,33	0,52
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,97	2,07	8,23	60,16	0,00
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	11,54	12,12	40,03	314,30	0,60
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150	5,03	3,63	5,23	78,24	6,47
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,55	3,59	15,25	103,92	7,17
2008	280	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	60	9,54	10,29	6,95	158,41	0,81
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЕРНИКИ	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	19,73	17,91	62,32	499,96	15,59
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	130	0,22	0,09	6,99	33,84	26,67
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	150	3,83	4,76	13,18	110,19	0,59
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
2010	108	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	7,89	5,93	35,52	227,14	0,08
Итого			530	13,88	11,53	77,02	470,19	27,35
Всего				45,15	41,56	179,37	1 284,45	43,54

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.