Утверждаю

И.о заведующего

МДОУ №4 "Буратино"

_____/Зимина О.А./

МЕНЮ

3 апреля 2023 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	2.7	4.4	21.3	134	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	115	4.1	7.6	25.7	188	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3.1	3.2	14.2	101	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	160	0.1		9.9	40	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.2	15	113	0
Итого			**340**	**7.8**	**12.8**	**50.5**	**348**	**0**
II Завтрак								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
Итого			**200**	**1**	**0.2**	**23**	**92**	**4**
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	150	3.6	3.2	7.9	77	0.6
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2.5	4	42.3	172	0
2010	55	ГУЛЯШ	30/30	11.9	12.9	3.6	178	0.7
2008	К/К	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0.3	0.1	1.1	7	7.5
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4.7	19	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			**540**	**20.9**	**20.6**	**78.6**	**535**	**8.8**
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	150	4.2	4.7	6.8	87	0.8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0.1		9.8	39	0
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	140	7.8	9.1	16.7	183	13.8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.7	27	0
2008	К\К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.9	73	0
2010	104	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	75	5.2	4.5	45.6	243	0
Итого			**540**	**19.2**	**19.1**	**90.7**	**613**	**14.6**
Всего				**48.9**	**52.7**	**242.8**	**1588**	**27.4**

Диетсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.

Утверждаю

И.о.заведующего
МДОУ №4 "Буратино"
_____ /Зимина О.А./

МЕНЮ

3 апреля 2023 г.

Сад 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	180	3	6.5	16.5	141	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	130	4.8	2.9	30.3	167	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3.1	4.3	17.8	124	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	37	2.4	6.7	17.8	140	0
Итого			**397**	**8.5**	**17.5**	**52.1**	**405**	**0**
II Завтрак								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0.5		11.3	47	0.2
Итого			**180**	**0.5**		**11.3**	**47**	**0.2**
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	180	4.2	3.7	9.4	90	0.6
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6.8	7	17.4	151	0
2010	55	ГУЛЯШ	40/40	14	14.9	4.1	206	0.8
2008	К/К	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0.6	0.1	1.9	12	12 6
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6.8	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			**670**	**28.9**	**26.2**	**63.4**	**589**	**14**
Уплотненный полдник								
2017	118	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	180			174.6	702	0
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	160	9	10.2	18.9	205	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
2010	104	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	75	5.2	4.5	33.3	243	0
Итого			**625**	**16.7**	**15.7**	**259.5**	**1297**	**15.4**
Всего				**54.6**	**59.4**	**386.3**	**2338**	**29.6**

Диетсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.