

Утверждаю



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

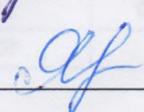
МЕНЮ

8 декабря 2023 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 | 4.4 | 5.4 | 17.8 | 136 | 0.5 |
| 2010 | 97 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 160 | 2.1 | 2.2 | 8.8 | 64 | 0 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 12 | 3 | 3.4 | | 43 | 0.1 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1.9 | 0.8 | 14.8 | 73 | 0 |
| Итого | | | 347 | 11.4 | 11.8 | 41.4 | 316 | 0.6 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 150 | 4.6 | 4.9 | 6 | 86 | 0 |
| Итого | | | 150 | 4.6 | 4.9 | 6 | 86 | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 81 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150 | 1.9 | 2.4 | 17.2 | 52 | 0 |
| 2008 | 284 | "ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ | 100/40 | 12.7 | 14.6 | 16.1 | 245 | 1.4 |
| 2010 | 5 | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ | 40 | 0.7 | 2.9 | 4 | 45 | 1.8 |
| 2010 | 91 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 4.4 | 18 | 0 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2.6 | 0.4 | 19 | 82 | 0 |
| Итого | | | 520 | 17.9 | 20.3 | 60.7 | 442 | 3.2 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2008 | К/К | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1 | 0.2 | 23 | 92 | 4 |
| 2010 | 14 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 150 | 4.5 | 4.7 | 14.6 | 120 | 0.6 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0.1 | | 6.4 | 26 | 0 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1.9 | 0.8 | 14.8 | 73 | 0 |
| 2010 | 108 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 80 | 8.9 | 6.6 | 38.6 | 248 | 0.1 |
| Итого | | | 605 | 16.4 | 12.3 | 97.4 | 559 | 4.7 |
| Всего | | | | 50.3 | 49.3 | 205.5 | 1403 | 8.5 |

Диетсестра  Громова Е.А.

Повар  Яковлева Е.Н.

Утверждаю

И.о. заведующего

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

8 декабря 2023 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|----------------------------|---------------|--------------------------------------------------|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 32 | КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ | 180 | 5.5 | 6.7 | 22.9 | 173 | 0.6 |
| 2008 | 185 | КАША ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) | 180 | 2.3 | 5.5 | 18.2 | 127 | 0 |
| 2010 | 97 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2.3 | 3 | 14.2 | 112 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180 | 0.1 | | 9.9 | 40 | 0 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 15 | 3.7 | 4.3 | | 53 | 0.1 |
| 2008 | КК | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2.3 | 0.9 | 17.7 | 87 | 0 |
| Итого | | | 405 | 13.8 | 14.9 | 54.8 | 425 | 0.7 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 180 | 5.4 | 5.8 | 7.2 | 102 | 0 |
| Итого | | | 180 | 5.4 | 5.8 | 7.2 | 102 | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 81 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 180 | 5 | 4 | 9.8 | 142 | 0 |
| 2008 | 284 | "ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ | 120/50 | 14.6 | 16.9 | 18.5 | 282 | 1.5 |
| 2010 | 5 | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ | 50 | 0.8 | 3.4 | 4.8 | 53 | 2.3 |
| 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 | | | 630 | 23.7 | 24.8 | 63.7 | 607 | 3.8 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2008 | К/К | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1 | 0.2 | 23 | 92 | 4 |
| 2010 | 14 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 180 | 4.1 | 5.8 | 20.5 | 143 | 0 |
| 2010 | 75 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики) | 130 | 5.4 | 4.2 | 34.3 | 197 | 0 |
| 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 | 108 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 80 | 8.9 | 6.4 | 38.3 | 246 | 0.1 |
| Итого | | | 670 | 16.5 | 13.4 | 114.5 | 628 | 4.1 |
| Всего | | | | 59.4 | 58.9 | 240.2 | 1762 | 8.6 |

Диетсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.