

Утверждаю



И.о. заведующего

МДОУ №4 "Буратино"

Зимина О.А. /Зимина О.А./

МЕНЮ
27 октября 2022 г.

Ясли 12 часов

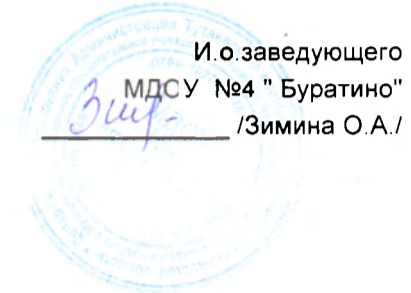
Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	160	4.7	5.6	19	144	0.5
2008	185	КАША ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	160	2.3	10.3	23	190	0
2010	98	КОФЕИНЫЙ 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	5.1	15	112	0
Итого			350	9.8	13.9	48.2	357	0.5
II Завтрак								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	160	0.2		9.5	39	0
Итого			160	0.2		9.5	39	0
Обед								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150	4.7	3.2	5.6	72	7.5
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (аллергики)	150	5.4	11.1	10.6	165	8.5
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	110	2.7	3.1	29.8	151	0
2008	321	СУФЛЕ ИЗ КУРЫ	60	11.2	5.9	6	122	21.75
2008	272	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	65	7.5	12.1	11.7	186	0
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0.5	2.6	2.8	37	3.4
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4.7	19	0
2003	К/К	ХЛЕБ РЖАНОИ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			550	21.7	15.2	67.9	483	32.65
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.3	0.1	8.2	39	29.6
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135/30	18.7	16.1	40.7	341	0
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	135	6.2	5.4	35	214	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.1		6.7	27	0.3
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.9	73	0
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0.4	0.4	8.8	42	9
Итого			580	21.4	17.4	79.3	522	38.9
Всего				53.1	46.5	204.9	1401	72.05

Диетсестра

Громова Е.А.

Громова Е.А.

Утверждаю



И.о. заведующего

МДСУ №4 "Буратино"

/Зимина О.А./

МЕНЮ
27 октября 2022 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ 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	23	173	0.6
2008	185	КАША ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2.3	10.3	23	190	0
2010	98	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3.1	4.3	17.8	124	0
2008	430	ЧАИ 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	11	17.7	58.6	437	0.6
II Завтрак								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0.2		12.7	52	0
Итого			180	0.2		12.7	52	0
Обед								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	5.6	4	6.6	88	9
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (аллергики)	180	5.5	6.6	7	110	10.2
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	130	3.5	5.9	30.7	190	0
2008	321	СУФЛЕ ИЗ КУРЫ	70	13.5	10.2	7.9	207	21.75
2008	272	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	70	8.3	7.9	11.6	151	0
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0.6	3.3	3.5	46	4.1
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6.9	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			660	26.5	23.9	79.4	661	34.85
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.3	0.1	11.6	55	40
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/35	22.7	20.8	38.9	443	0.5
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	135	5.2	4.5	29.5	180	0
2008	431	ЧАИ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.2	0.1	15	60	0
2008	430	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0.4	0.4	8.8	42	9
Итого			665	25.9	22.3	92	687	49.5
Всего				63.6	63.9	242.7	1837	84.95

Диетсестра  Громова Е.А.