

Утверждаю



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

МЕНЮ
5 октября 2022 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	38	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5.2	6.6	23.6	171	0
2008	189	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1.9	5.3	19.1	126	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4.5	4.4	14.5	117	0
2008	430	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	14	3.4	4		49	0.1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2.2	0.9	17	84	0
Итого			403	15.3	15.9	55.1	421	0.1
II Завтрак								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0.4		11	46	0.1
Итого			180	0.4		11	46	0.1
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	2.2	4.3	21.1	117	8
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (аллергики)	180	5.2	6.3	16.9	146	5.9
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3.7	4.1	43.4	192	0
2008	375	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	65	10.6	6.8	5.8	142	8
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0.6	3.4	3.6	47	4.2
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	12.7	53	1.2
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3.4	0.5	25	108	0
Итого			658	20.6	19.2	111.6	659	21.4
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.3	0.1	10.9	51	35.6
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	185	4	13.6	35.2	284	7.21
2010	96	ЧАИ С САХАРОМ	180	0.2	0.1	15	60	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2.2	0.9	17	84	0
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	95	7.2	9	32.9	239	12.5
Итого			669	13.9	23.7	111	718	55.31
Всего				50.2	58.8	288.7	1844	76.91

Диетсестра

Громова Е.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ
5 октября 2022 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	38	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	160	4.5	5.5	19.4	143	0
2008	190	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ (аллергики)	160	1.9	5.3	19.1	126	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	160	4	4	12.5	102	0
2008	430	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	160	0.1		5.1	21	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2.7	3.2		39	0.1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1.8	0.7	14.4	71	0
Итого			355	13	13.4	46.3	355	0.1
II Завтрак								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
Итого			200	1	0.2	23	92	4
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	2.7	2.9	14.1	92	8
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (аллергики)	150	2.1	5.2	14.9	115	4.4
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2.7	2.6	25.9	145	0
2008	375	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	55	9.2	5.8	4.9	120	6.9
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0.5	2.6	2.8	37	3.4
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0.1	0.1	9.7	41	1
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2.7	0.4	20.1	87	0
Итого			547	17.9	14.4	77.5	522	19.3
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.2	0.1	7.8	37	26.7
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	155	4	8	25.3	147	7.21
2010	96	ЧАИ С САХАРОМ	150	0.1		6.6	27	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1.8	0.7	14.4	71	0
2012	К/К	ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	89	0.5	0.2	16.9	73	1.4
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	95	7	9	32.8	239	12.5
Итого			663	13.6	18	103.8	594	47.81
Всего				45.5	46	250.6	1563	71.21

Диетсестра



Громова Е.А.