

Утверждаю



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

# МЕНЮ

14 февраля 2023 г.

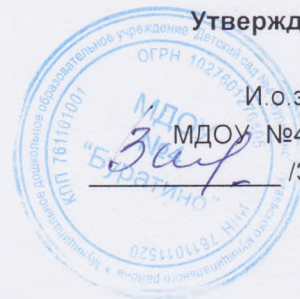
Ясли 12 часов

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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.5	5.1	19	142	0.5
2008	188	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2.2	10	22.7	189	0
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	2.1	2.2	8.8	64	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.1	15	112	0
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>8.6</b>	<b>12.4</b>	<b>42.8</b>	<b>318</b>	<b>0.5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР	150	4.6	4.9	6	86	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4.6</b>	<b>4.9</b>	<b>6</b>	<b>86</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2010	2	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0.9	1.7	4.4	39	8.4
2008	84	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	2.8	2.7	7.6	63	17.6
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (аллергики)	150	3.2	10.6	3.4	123	9.1
2010	58	ПЛОВ С МЯСОМ	150	7.6	13.8	26.1	310	1
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4.7	19	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>13.9</b>	<b>18.6</b>	<b>61.8</b>	<b>513</b>	<b>27</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	150	4.2	4.7	6.8	87	0.8
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	13.4	14.2	36	301	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.1		4.7	19	0.3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0.1		9.8	39	0
2008	К/К	ПЕЧЕНЬЕ	30	2.3	2.9	22.3	125	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.6	11.8	58	0
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>21.5</b>	<b>22.4</b>	<b>81.6</b>	<b>590</b>	<b>1.1</b>
<b>Всего</b>				<b>48.6</b>	<b>58.3</b>	<b>192.2</b>	<b>1507</b>	<b>28.6</b>

Диетсестра Г Громова Е.А.

Повар Е Яковлева Е.Н.

Утверждаю



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

# МЕНЮ

14 февраля 2023 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5.4	6.4	22.8	171	0.6
2008	188	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2.2	5.2	17.9	126	0
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.3	3	14.2	112	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		5.1	20	0
2012	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	45	2.3	0.9	26.8	123	0
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>10</b>	<b>10.3</b>	<b>63.8</b>	<b>406</b>	<b>0.6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР	180	5.4	5.8	7.2	102	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5.4</b>	<b>5.8</b>	<b>7.2</b>	<b>102</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2010	2	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0.9	2.5	6.5	78	0
2008	84	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	3.7	4.8	15.2	131	17.6
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (аллергики)	180	3.9	6.1	3.7	86	10.6
2010	58	ПЛОВ С МЯСОМ	180	13.1	21.7	19.8	257	1.2
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
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>21</b>	<b>29.5</b>	<b>72.1</b>	<b>596</b>	<b>18.8</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	437	КИСЕЛЬ "ВИТОШКА" С ВИТАМИНАМИ	180			169.2	684	20.1
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/35	14.2	21.8	30.7	350	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	130	5.5	4.8	31.3	191	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.2	0.1	15	60	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2008	К/К	ПЕЧЕНЬЕ	30	2.3	2.9	22.3	125	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>18.6</b>	<b>25.6</b>	<b>252</b>	<b>1292</b>	<b>20.1</b>
<b>Всего</b>				<b>55</b>	<b>71.2</b>	<b>395.1</b>	<b>2396</b>	<b>39.5</b>

Диетсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.