

Утверждаю



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

# МЕНЮ

27 февраля 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	2.7	4.3	21.7	134	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3.1	3.2	14.2	101	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.2	15	113	0
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>7.8</b>	<b>12.7</b>	<b>50.9</b>	<b>348</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0.2</b>	<b>23</b>	<b>92</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ С ГОВЯДИНОЙ	150	5.9	2.9	14.4	111	4.5
2010	79	ПЮРЕ "РОЗОВОЕ"	110	2.4	3.8	14.4	102	6.4
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	3.3	4.2	4	99	0
2008	К/К	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0.3	0.1	1.1	7	7.5
2008	439	НАПИТОК ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	150			11.6	66	1.6
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>14.5</b>	<b>11.4</b>	<b>64.5</b>	<b>467</b>	<b>20</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.4		8.5	36	0.1
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140	10.2	6.1	9.8	137	12.4
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ	40	0.6	1.7	3.5	32	0
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
<b>Итого</b>			<b>505</b>	<b>13.2</b>	<b>8.6</b>	<b>43.4</b>	<b>305</b>	<b>12.5</b>
<b>Всего</b>				<b>36.5</b>	<b>32.9</b>	<b>181.8</b>	<b>1212</b>	<b>36.5</b>

Диетсестра Громова Е.А.

Повар Яковлева Е.Н.

