

Утверждаю

И.о.заведующего

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./



МЕНЮ

1 сентября 2023 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.4	5.5	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	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
Итого			347	11.4	11.9	41.4	316	0.6
II Завтрак								
2008	439	НАПИТОК ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	150			11.5	66	1.6
Итого			150			11.5	66	1.6
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	13	14.9	16.4	249	1.3
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0.7	2.7	3.8	43	1.8
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4.6	18	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			520	18.2	20.4	61	444	3.1
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	14.3	119	0.6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.4	26	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	80	7.4	5.1	47	261	0
Итого			605	14.9	10.8	105.5	571	4.6
Всего				44.5	43.1	219.4	1397	9.9

Диетсестра _____

Громова Е.А.

Повар _____

Яковлева Е.Н.

