

Утверждаю



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

**МЕНЮ**  
15 сентября 2023 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		
<b>Завтрак</b>								
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	3	15.7	96	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.2	0.1	15	60	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3.7	4.3		53	0.1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>11.7</b>	<b>12</b>	<b>55.7</b>	<b>373</b>	<b>0.7</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>								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	5	4	9.8	142	0
2008	284	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	120/50	14.6	16.9	18.5	281	1.5
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0.8	3.4	4.9	53	2.3
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6.7	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
<b>Итого</b>			<b>630</b>	<b>23.7</b>	<b>24.8</b>	<b>63.7</b>	<b>606</b>	<b>3.8</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
2010	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4.1	5.8	20.5	143	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	130	4.9	4.1	30.4	178	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.2	0.1	15	60	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЯИЦОМ	75	7.2	9.7	28.9	231	0
<b>Итого</b>			<b>665</b>	<b>14.8</b>	<b>16.7</b>	<b>105.1</b>	<b>613</b>	<b>4</b>
<b>Всего</b>				<b>55.6</b>	<b>59.3</b>	<b>231.7</b>	<b>1694</b>	<b>8.5</b>

Диетсестра Г Громова Е.А.

Повар Е Яковлева Е.Н.

Утверждаю



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

**МЕНЮ**  
15 сентября 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>								
2010	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.4	5.4	17.9	136	0.5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.4	26	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	3	3.5		43	0.1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.9	73	0
<b>Итого</b>			<b>337</b>	<b>9.4</b>	<b>9.7</b>	<b>39.2</b>	<b>278</b>	<b>0.6</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>								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	1.9	2.4	17.2	52	0
2008	284	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	100/40	12.9	15	16.3	249	1.3
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0.7	2.5	3.9	42	1.8
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4.7	19	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОИ	40	2.6	0.4	19	82	0
<b>Итого</b>			<b>520</b>	<b>18.1</b>	<b>20.3</b>	<b>61.1</b>	<b>444</b>	<b>3.1</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
2010	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4.5	4.9	14.4	120	0.6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.4	26	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.9	73	0
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ЯЙЦОМ	75	7.2	10	28.7	232	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>14.7</b>	<b>15.9</b>	<b>87.4</b>	<b>543</b>	<b>4.6</b>
<b>Всего</b>				<b>46.8</b>	<b>50.8</b>	<b>193.7</b>	<b>1351</b>	<b>8.3</b>

Диетсестра Г Громова Е.А.

Повар Я Яковлева Е.Н.