

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
21 сентября 2023 г.

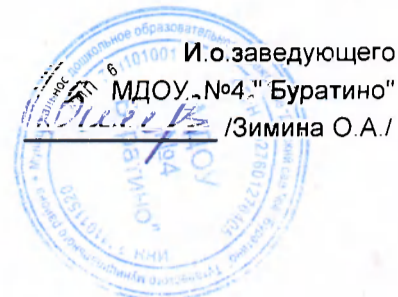
Ясли 12 часов

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	4.5	5.5	17.9	137	0
2010	98	КОФЕИНЫИ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3.6	3.5	14.3	104	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.1	14.9	112	0
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>10.1</b>	<b>14.1</b>	<b>47.1</b>	<b>353</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	439	НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ	150			11.6	66	1.6
<b>Итого</b>			<b>150</b>			<b>11.6</b>	<b>66</b>	<b>1.6</b>
<b>Обед</b>								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150	3.4	2.9	5.4	71	0
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	110	2.7	3.1	29.8	151	0
2008	321	СУФЛЕ ИЗ КУРЫ	60	18	8.9	5.5	174	0
2010	4	ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0.6	2.6	3.4	40	1.2
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4.4	18	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОИ	40	2.6	0.4	19	82	0
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>27.3</b>	<b>17.9</b>	<b>67.5</b>	<b>536</b>	<b>1.2</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.3	0.1	8	39	30.9
2010	К/К	ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	40	4.9	4.6	0.3	62	0
2010	3	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	140	2.9	9.9	15.6	165	10.1
2008	431	ЧАИ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.1		6.8	28	0.3
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
<b>Итого</b>			<b>505</b>	<b>10.1</b>	<b>15.4</b>	<b>45.5</b>	<b>367</b>	<b>41.3</b>
<b>Всего</b>				<b>47.5</b>	<b>47.4</b>	<b>171.7</b>	<b>1322</b>	<b>44.1</b>

Диетсестра \_\_\_\_\_ Громова Е.А.

Повар \_\_\_\_\_ Яковлева Е.Н.

Утверждаю



И.о.заведующего

МДОУ „№4 „Буратино“

/Зими́на О.А./

**МЕНЮ**  
21 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	5.6	6.7	23.1	173	0
2008	185	КАША ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2.3	5.5	18.2	127	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4.1	4	16.3	119	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	37	2.4	6.7	17.8	140	0
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>12.1</b>	<b>17.4</b>	<b>57.2</b>	<b>432</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	439	НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ	180			14	79	1.9
<b>Итого</b>			<b>180</b>			<b>14</b>	<b>79</b>	<b>1.9</b>
<b>Обед</b>								
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	3.4	4.8	9.8	115	0
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (аллергики)	180	3.9	6.1	5.4	93	6.2
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	130	3.2	7.2	14.7	118	0
2008	321	СУФЛЕ ИЗ КУРЫ	70	21.2	10.3	6.3	202	0
2008	272	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	70	8.3	7.9	11.6	151	0
2010	4	ИКРА МОРКОВНАЯ	50	0.7	3.4	3.9	50	1.6
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6.9	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>31.8</b>	<b>26.2</b>	<b>65.4</b>	<b>615</b>	<b>1.6</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.3	0.1	11.6	55	40
2010	К/К	ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	40	4.9	4.6	0.3	62	0
2010	3	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	160	3.5	11.4	18.1	188	11.7
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ (аллергики)	130	5.1	10.2	18.7	187	9.14
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	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
<b>Итого</b>			<b>590</b>	<b>11.2</b>	<b>17.1</b>	<b>62.7</b>	<b>452</b>	<b>51.7</b>
<b>Всего</b>				<b>55.1</b>	<b>60.7</b>	<b>199.3</b>	<b>1578</b>	<b>55.2</b>

Диетсестра \_\_\_\_\_ Громова Е.А.

Повар \_\_\_\_\_ Яковлева Е.Н.