

Утверждаю



И.о.заведующего

МДОУ №4 "Буратино"

/Зимина О.А./

МЕНЮ

22 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		
Завтрак								
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.6	5.7	16.7	136	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.7	27	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2.9	3.4		42	0.1
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
Итого			337	9.5	9.9	38.2	278	0.1
II Завтрак								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	160	0.1		8.7	36	0
Итого			160	0.1		8.7	36	0
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150	4.7	5.7	9.8	109	3.9
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	60	1.4	2	7.8	54	3.6
2008	346	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	50	1.2	1.4	5.6	40	10.7
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	60	11	11.4	13.3	198	0.2
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	150			15.9	78	1.1
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			510	20.9	20.9	71.4	561	19.5
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	150	4.4	4.7	6.8	87	0
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	150	3.9	4.6	13.3	108	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.7	27	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.8	73	0
2010	108	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	8.2	5.9	35.3	228	0
Итого			550	18.5	16	76.9	523	0
Всего				49	46.8	195.2	1398	19.6

Диетсестра Г Громова Е.А.

Повар Е.Н. Яковлева Е.Н.

Утверждаю



И.о. заведующего

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ
22 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		
Завтрак								
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5.7	7	21.2	168	0
2008	192	КАША "ЗДОРОВЬЕ" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2.3	5.8	16.3	124	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
Итого			405	11.9	12.3	53.9	368	0.1
II Завтрак								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.2		11.6	48	0
Итого			180	0.2		11.6	48	0
Обед								
2017	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180	4.1	9.2	8.8	111	0
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (аллергики)	180	3.9	6.1	3.8	86	10.6
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70	1.6	2.3	9.1	63	4.2
2008	346	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	60	1.5	1.7	6.4	48	12.8
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	70	12.7	13	15.6	229	0.3
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	180			18.7	92	1.4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			610	23.2	26.7	82.4	646	18.7
Уплотненный полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	180	5.2	5.5	8.1	105	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	180	4.7	5.7	15.8	131	0
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	125	3.1	3.8	33.5	172	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
2010	108	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	8.1	5.9	35.7	228	0
Итого			645	20.5	18.1	92.3	611	0
Всего				55.8	57.1	240.2	1673	18.8

Диетсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.