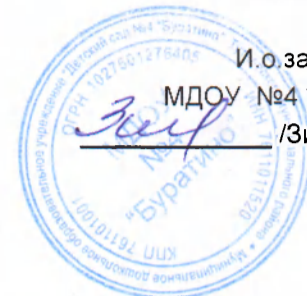


Утверждаю



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

МЕНЮ
29 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								
2010	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.5	5.3	17.9	136	0
2010	97	ЧАИ С МОЛОКОМ	160	2.4	2.5	10.6	75	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.1	15	112	0
Итого			340	8.9	12.9	43.5	323	0
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	120	3.6	3.9	4.9	69	0
Итого			120	3.6	3.9	4.9	69	0
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	12.9	14.9	16.4	248	1.2
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0.7	2.9	3.9	44	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
Итого			520	18.1	20.6	61.2	445	3
Уплотненный полдник								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
2010	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4.6	4.7	14.6	119	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.6	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.9	73	0
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ЯЙЦОМ	75	7.1	9.9	28.9	232	0
Итого			600	14.7	15.6	88	543	4
Всего				45.3	53	197.6	1380	7

Диетсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.

Утверждаю

И.о.заведующего

МДО №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ

29 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								
2010	32	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5.6	6.6	22.9	172	0
2008	185	КАША ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2.3	5.5	18.2	127	0
2010	97	ЧАИ С МОЛОКОМ	180	2.7	2.8	13.1	89	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2.4	6.8	17.8	141	0
Итого			395	10.7	16.2	53.8	402	0
II Завтрак								
2008	411	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.2		12.6	52	0
Итого			180	0.2		12.6	52	0
Обед								
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	1.4
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0.8	3.4	4.8	53	2.3
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6.8	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			630	23.7	24.8	63.7	606	3.7
Уплотненный полдник								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
2010	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5.5	5.8	17.2	143	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	130	5	4.1	30.8	181	0
2010	96	ЧАИ С САХАРОМ	180	0.2	0.1	15	60	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ЯЙЦОМ	75	7.2	9.8	28.8	231	0
Итого			665	16.2	16.8	101.7	613	4
Всего				50.8	57.8	231.8	1673	7.7

Диетсестра _____ Громова Е.А.

Повар _____ Яковлева Е.Н.