

Согласовано



Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

3 апреля 2023 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ЯЧНЕВАЯ)	150	4,2	4	13,3	106	0,6
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,4	0,6	9,9	51	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1		5,1	22	0,8
Итого			324	5,7	8,7	28,3	216	1,4
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,3	1,6	7,8	50	3,1
2008	272	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	6,4	6,6	3,6	100	0
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	45	0,4	1,7	1,7	24	1,4
2012	415	КАША РИСОВАЯ	100	1,5	3	15,2	94	0
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	1,4	3,2	28	1,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	9	42	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,6	0,3	16,4	79	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			6,2	25	0
Итого			622	14,2	14,7	63,1	442	6
Полдник								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,8	2,3	8,7	68	0,5
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	3,8	1,7	22,4	120	0
Итого			200	6,6	4	31,1	188	0,5
Ужин								
2008		БАНАН	62	0,9	0,3	13,1	60	6,2
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	110	1,8	4,3	10,6	89	5,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1	0,1	6,8	32	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,4	26	0
Итого			366	3,8	4,7	36,9	207	11,3
Всего				30,3	32,1	159,4	1053	19,2

Повар

Алекса Оксана Сергеевна/Репина Екатерина

МЕНЮ

3 апреля 2023 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ЯЧНЕВОЙ)	180	5	4,9	15,4	126	0,7
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,7	0,7	11,6	59	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		5,8	24	0,9
Итого			388	6,8	9,7	32,8	246	1,6
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,5	2,1	10	66	4,1
2008	272	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	8,9	9,6	4,8	140	0
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	55	0,7	2,6	3,9	43	1,8
2012	415	КАША РИСОВАЯ	130	1,9	3	20,2	116	0
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,9	1,8	4,9	39	2,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	9	42	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	3,2	0,4	20,5	99	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			6,6	26	0
Итого			761	18,5	19,6	79,9	571	8,2
Полдник								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	2,9	10,2	81	0,6
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	60	4,4	0,9	31,4	151	0
Итого			240	7,8	3,8	41,6	232	0,6
Ужин								
2008		БАНАН	70	1	0,3	14,6	67	7
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	140	2,2	4,9	13	105	6,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	9	42	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,8	28	0
Итого			428	4,7	5,3	43,4	242	13,3
Всего				37,8	38,4	197,7	1291	23,7

Повар

Алекса Оксана Сергеевна/Репина Екатерина