

Согласовано

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

13 ноября 2023 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ЯЧНЕВАЯ)	150	3,8	3,6	12	97	0,5
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,7	0,7	11,7	60	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1		6,5	27	0,6
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	77	1,2	0,4	16,2	74	7,7
Итого			405	6,8	8,8	46,4	295	8,8
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,3	1,6	7,7	50	4,7
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,5	10,2	4,9	142	0,4
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	40	0,2	1,7	1,1	21	0,9
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	4,4	3,6	25,6	152	0
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	35	0,6	0,7	1,2	15	9,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,3	0,1	8,2	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,4	0,3	15,1	73	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			9	36	0
Итого			607	17,7	18,2	72,8	528	15,4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,7	4,1	7,8	88	0,9
		ПАСТИЛА	20					0
Итого			200	4,7	4,1	7,8	88	0,9
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	150	2,6	5,8	12,1	116	16,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12	0,9	0,1	6,1	29	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,5	34	0
Итого			342	3,6	5,9	26,7	179	16,9
Всего				32,8	37	153,7	1090	42

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Согласовано

Заведующий
МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
13 ноября 2023 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ЯЧНЕВОЙ)	180	4,5	4,5	13,8	114	0,6
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,1	0,8	14,3	73	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		7,7	32	0,6
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	86	1,3	0,4	18	82	8,6
Итого			478	8	9,8	53,8	338	9,8
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,7	1,6	10,2	62	6,4
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	10,5	13,6	6,5	191	0,5
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,6	2,4	3,8	40	1,1
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,7	4,7	33,3	198	0
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	70	1,3	1,2	4,4	36	20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,4	49	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,9	0,4	18,8	90	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			9	36	0
Итого			765	24,3	24	96,4	702	28
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,7	4,9	9,4	105	2,79
		ПАСТИЛА	30					0
Итого			230	5,7	4,9	9,4	105	2,79
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	180	3,3	6,9	14,6	136	20,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,3	0,1	8,2	39	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,3	38	0
Итого			396	4,7	7	32,1	213	20,3
Всего				42,7	45,7	191,7	1358	60,89

Повар _____ Алекса О.С. / Дерновая Н.В.