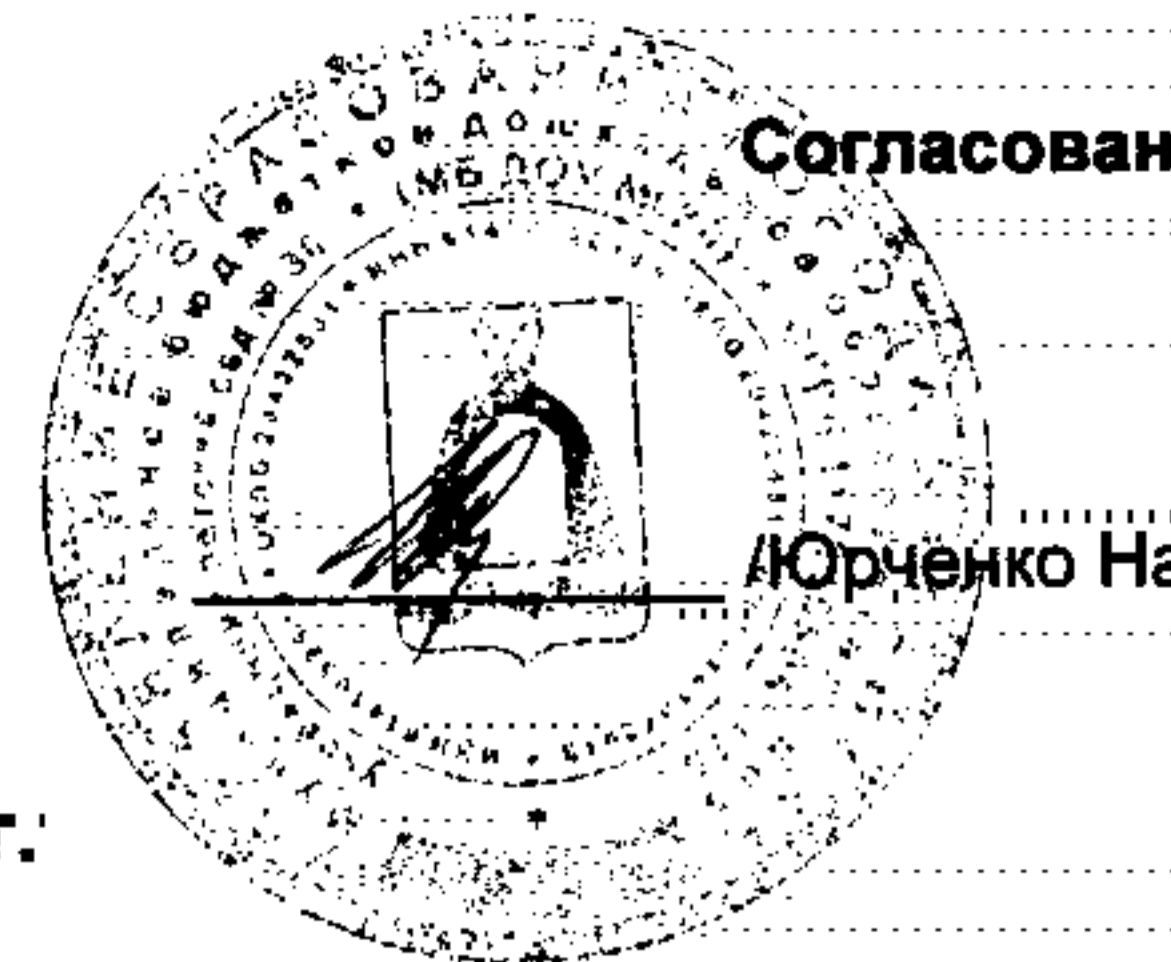


Заведующий  
МБ ДОУ № 30  
Григорьева Наталья Васильевна



# МЕНЮ

15 мая 2023 г.

## Ясли 12 часов:

Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
102	0,6
52	0
37	0
40	0
231	0,6
75	4,2
202	15,2
19	0,8
41	0
71	0
45	0
453	20,2

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав:			Этикетка
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак:</b>							
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ОВСЯНОЙ)	150	4	4,5	11,2	
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,5	10,3	
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	155	0,1		9,9	
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>5,6</b>	<b>9,2</b>	<b>31,4</b>	
<b>Обед</b>							
	22	СВЕКОЛЬНИК	180	1,5	3,4	9,6	
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	120	9,7	12,7	11,7	
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,5		4,1	
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	3	0,1	8,8	
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,3	0,3	14,8	
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	150			11,3	
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>15,3</b>	<b>16,5</b>	<b>60,3</b>	
<b>Полдник:</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	150	3,8	3,3	5,2	
2008	435	КЕФИР	150			0,9	
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>3,8</b>	<b>3,3</b>	<b>6,1</b>	
<b>Ужин</b>							
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,4	0,4	8,8	9
2012	450	ОЛАДЫ С ИЗЮМОМ	100/30	6,5	12	51,8	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1	0,1	6,7	0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		11,5	0
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>8</b>	<b>12,5</b>	<b>78,8</b>	<b>9,1</b>
<b>Всего</b>				<b>32,7</b>	<b>41,5</b>	<b>175,7</b>	<b>30,8</b>

Повар \_\_\_\_\_

Алекса Оксана Сергеевна/Репина Екатерина

Согласовано

Заведующий  
МБ ДОУ № 30  
Юрченко Наталья Васильевна/**МЕНЮ**  
15 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ОВСЯНОЙ)	200	4,9	5,3	13,8	122	0,6
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		12,8	52	0
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>6,5</b>	<b>10</b>	<b>36,9</b>	<b>263</b>	<b>0,6</b>
<b>Обед</b>								
	22	СВЕКОЛЬНИК	200	2	4,4	13	99	5,9
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	145	11,5	15,2	13,8	241	17,8
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,7	0,1	6,8	31	1,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,7	0,1	11,1	53	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,9	0,4	18,6	90	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			14	56	0
<b>Итого</b>			<b>651</b>	<b>18,8</b>	<b>20,2</b>	<b>77,3</b>	<b>570</b>	<b>24,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ						0
2008	435	КЕФИР	170	4,5	3,9	6,3	83	1,1
<b>Итого</b>			<b>170</b>	<b>4,5</b>	<b>3,9</b>	<b>6,3</b>	<b>83</b>	<b>1,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,4	0,4	8,8	42	9
2012	450	ОЛАДЬИ С ИЗЮМОМ	120/30	12	18,5	89	569	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,7	0,1	11,1	53	0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1		12,9	52	0
<b>Итого</b>			<b>462</b>	<b>14,2</b>	<b>19</b>	<b>121,8</b>	<b>716</b>	<b>9,1</b>
<b>Всего</b>				<b>44</b>	<b>53,1</b>	<b>242,3</b>	<b>1632</b>	<b>35,7</b>

Повар \_\_\_\_\_

Алекса Оксана Сергеевна/Репина Екатерина