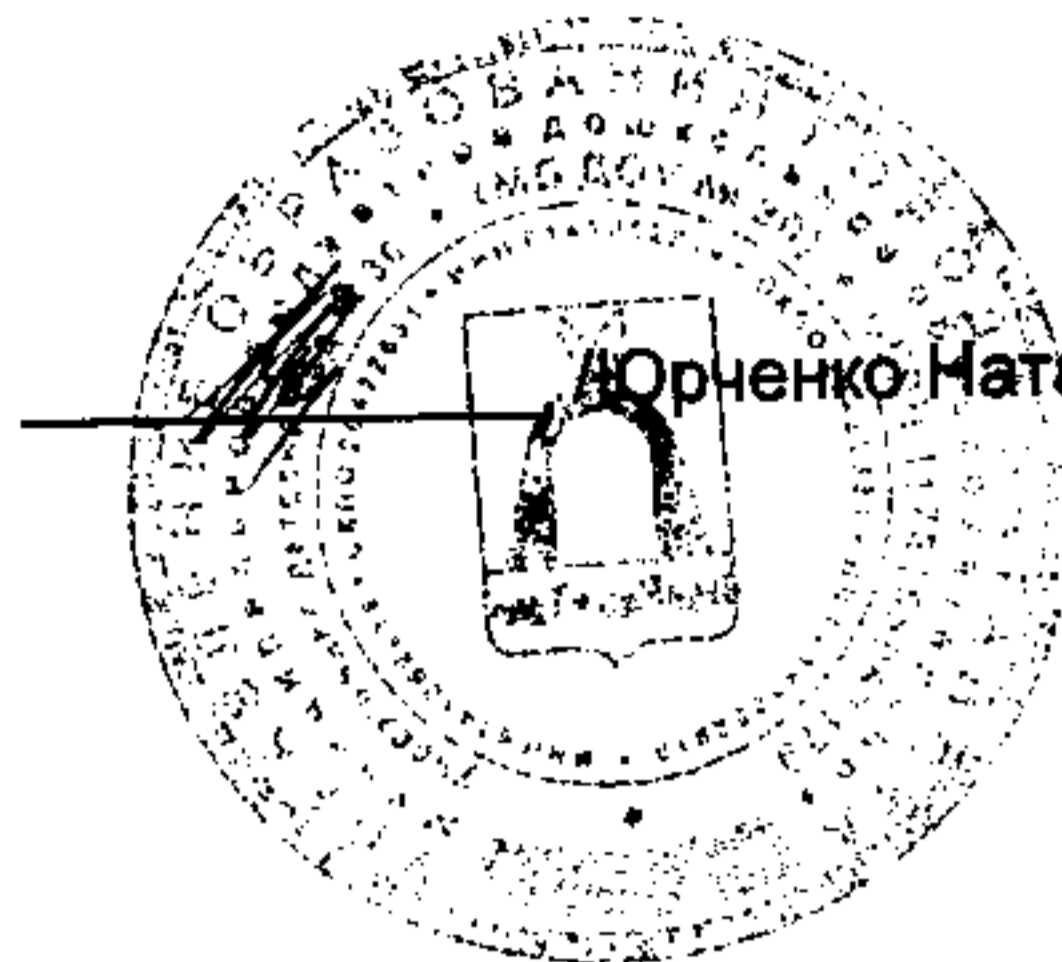


Согласовано

Заведующий
МБ ДОУ № 30
Юрченко Наталья Васильевна/**МЕНЮ**
16 мая 2023 г.**Ясли 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	4,5	6,6	19,6	157	0,6
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1	0,4	6,5	33	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,5		41	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,3	1,8	11,6	72	0,4
Итого			325	7,8	13,3	37,7	303	1
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	1,2	2,7	5,5	52	7,5
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	8,6	9,1	2,6	127	0,4
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,3	3,7	15,7	105	7,7
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	1,7	3,5	33	5,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,4	0,1	9,1	43	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,3	0,3	15	72	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150			11,4	46	0
Итого			610	16,5	17,6	62,8	478	21,4
Полдник								
2012	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	1,1	0,4	13,7	63	0
2008	435	КЕФИР	140	3,8	3,3	5,3	70	0,9
Итого			170	4,9	3,7	19	133	0,9
Ужин								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	70	0,3	0,3	6,2	30	6,3
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	110/30	17	14,3	30	319	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1	0,1	6,8	32	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		9,9	40	0
Итого			385	18,4	14,7	52,9	421	6,6
Всего				47,6	49,3	172,4	1335	29,9

Повар _____

Алекса Оксана Сергеевна/Репина Екатерина

Согласовано

Заведующий
МБ ДОУ № 30
/Юрченко Наталья Васильевна/**МЕНЮ**
16 мая 2023 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	5,4	7,2	23,8	183	0,7
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,1	0,4	7,5	38	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	13,6	86	0,5
Итого			385	9,3	13,9	44,9	344	1,2
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	3,9	7,4	72	10
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	90	12,1	12,6	3,5	177	0,6
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,5	18,5	126	9
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	2,9	5,5	53	8,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,7	0,1	11,3	53	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			19,4	77	0
Итого			726	21,9	24,4	84,4	648	28,3
Полдник								
2012	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	1,2	0,4	20,1	89	0
2008	435	КЕФИР	158	4,6	3,9	6,3	84	1,1
Итого			193	5,8	4,3	26,4	173	1,1
Ужин								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	71	0,3	0,3	6,9	33	7,1
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	140/30	20,5	16,5	34,7	374	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,7	0,1	11,3	53	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		11,5	47	0
Итого			443	22,6	16,9	64,4	507	7,4
Всего				59,6	59,5	220,1	1672	38

Повар _____

Алекса Оксана Сергеевна/Репина Екатерина