

Согласовано

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

17 апреля 2023 г



МЕНЮ

17 апреля 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	5,1	4,7	15,9	127	0,7
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2	0,8	13,9	71	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		3,9		36	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,6	27	0
Итого			392	7,2	9,4	36,4	261	0,7
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,4	2,5	9,8	67	2
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	10,5	14,7	6,5	201	0,5
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,7	2,4	4	42	1,9
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,8	5,5	30,9	201	0
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,6		4,6	22	0,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,2	0,1	8	38	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3	0,4	19	92	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			7,2	29	0
Итого			731	24,2	25,6	90	692	5,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,1	4,5	8,4	95	1
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	65	4,9	1,4	32,1	161	0
Итого			245	10	5,9	40,5	256	1
Ужин								
2008		БАНАН	73	1,1	0,4	15,4	71	7,3
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	140	2,6	5,4	13,2	114	6,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,2	0,1	8	38	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,4	30	0
Итого			429	5	5,9	44	253	14
Всего				46,4	46,8	210,9	1462	21

Повар _____ Алекса Оксана Сергеевна/Репина Екатерина