

Согласовано

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

18 мая 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 ЯЧНЕВОЙ	150	4,2	3,6	13,7	105	0,6
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,5	9,7	50	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,6		42	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		13,1	53	0
Итого			325	5,7	8,7	36,5	250	0,6
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	180	1,7	3,4	9,9	78	5,9
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,6	12,1	5,1	160	0,4
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	40	0,3	1,7	1,4	23	1
2012	415	КАША РИСОВАЯ	100	1,5	2,8	15	92	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,4	0,3	15,5	75	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			14	56	0
Итого			607	15	20,4	70,9	531	7,3
Полдник								
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	40	2,4	1,9	30	146	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Итого			190	3,2	2,1	45,2	211	3
Ужин								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,4	0,4	8,8	42	9
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	85	13,4	8,8	11,1	180	0,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,2	0,1	7,8	37	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,1		13,1	53	0
Итого			376	15,1	9,3	40,8	312	9,2
Всего				39	40,5	193,4	1304	20,1

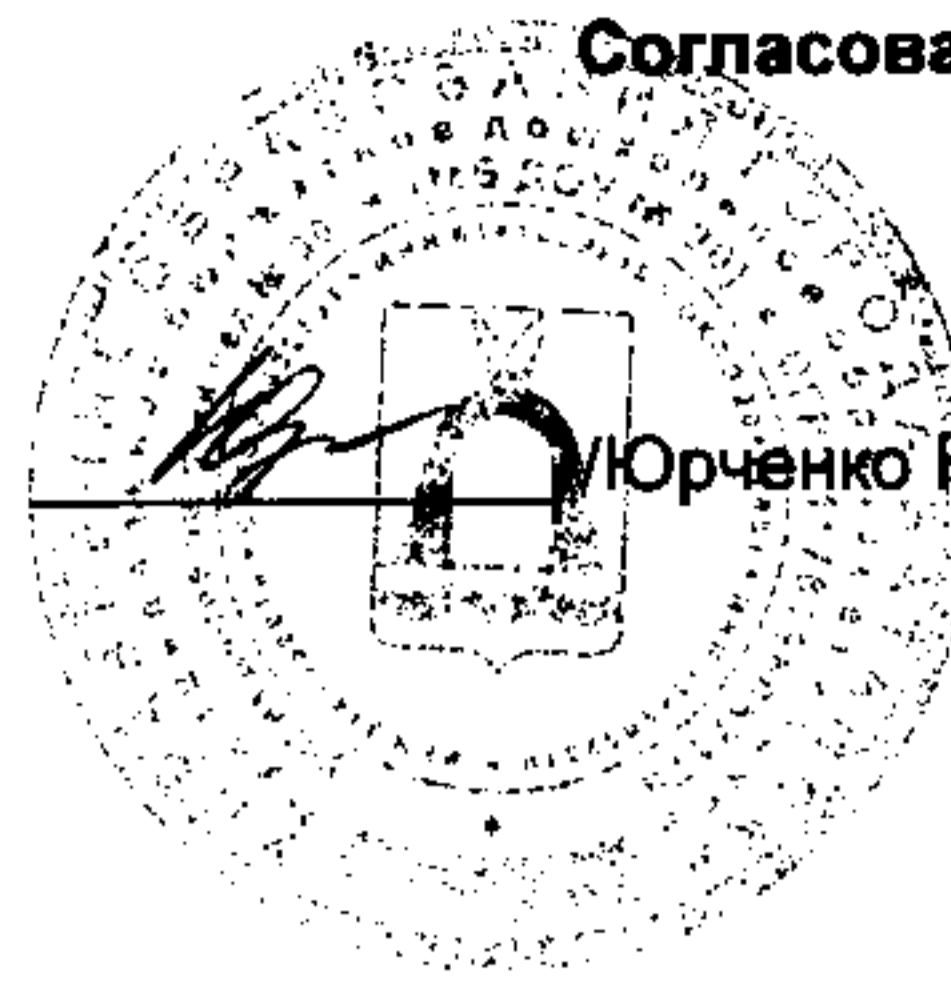
Повар _____

Алекса Оксана Сергеевна/Репина Екатерина

Согласовано

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

Сад 12 часов



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ЯЧНЕВОЙ)	180	4,7	4,6	14,1	117	0,6
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,5	9,7	50	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		12,8	51	0
Итого			385	6,2	9,2	36,6	255	0,6
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	2,6	4	9,9	86	8
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	10,5	16,4	6,8	216	0,5
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,6	2,4	3,8	40	1,5
2012	415	КАША РИСОВАЯ	130	1,9	2,8	20,1	114	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	3	0,4	19,5	94	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			14	56	0
Итого			696	20,1	26,1	84,1	653	10
Полдник								
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	40	2,4	1,9	30	146	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	77	3,6
Итого			220	3,3	2,1	48,2	223	3,6
Ужин								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,3	10	12,5	213	0,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		14,3	57	0
Итого			420	19,3	10,5	46,6	364	10,2
Всего				48,9	47,9	215,5	1495	24,4

Повар _____ Алекса Оксана Сергеевна/Репина Екатерина