

Согласовано

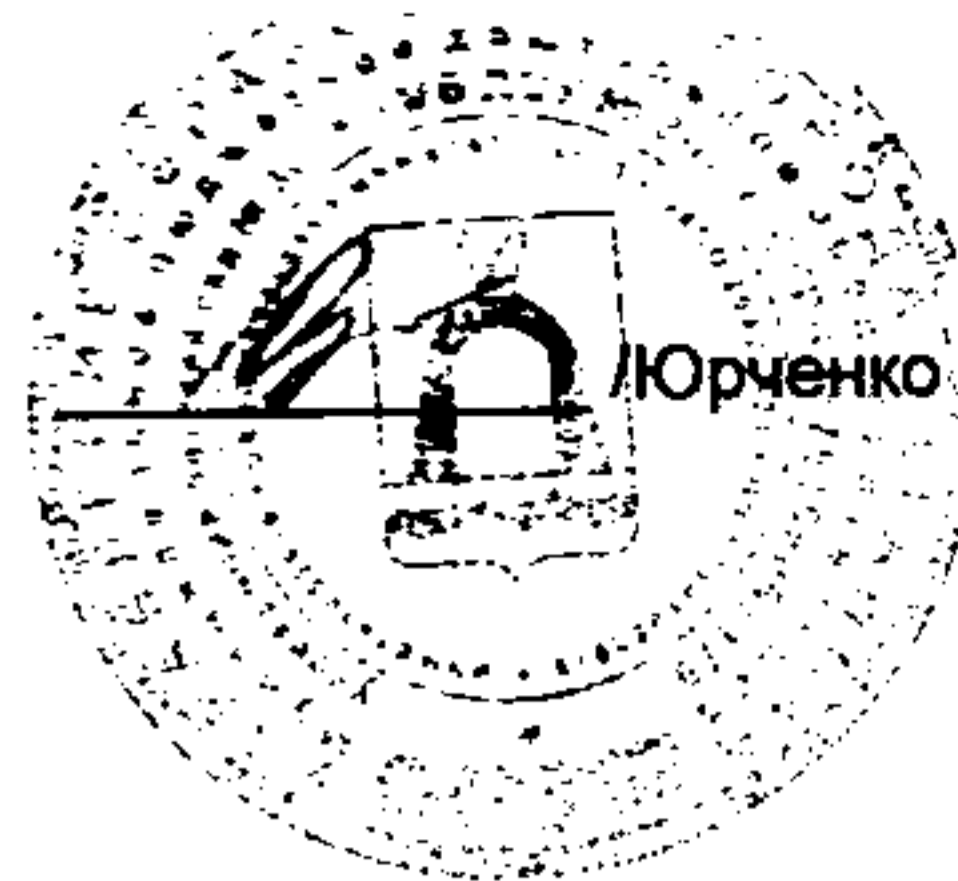
Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

23 мая 2023 г.

Ясли 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								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	90	17	10,8	10,6	212	0,2
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,8	0,7	12,3	63	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		12,8	52	0
Итого			295	18,9	15,6	35,7	364	0,2
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,3	4	9,3	79	6
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	1,9	3,2	33	1,5
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	9	8,6	0,9	116	0
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,2	0,5	26,7	128	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	9	43	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150			11,6	47	0
Итого			613	18,8	15,4	75,5	517	7,5
Полдник								
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	135	4,1	3,5	15,7	111	0,6
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	60	4,7	3,9	35,3	197	0
Итого			195	8,8	7,4	51	308	0,6
Ужин								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	155	5,1	7,5	18,9	163	1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1	0,1	6,5	31	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	155	0,1		9,9	40	0
Итого			323	6,2	7,6	35,3	234	1
Всего				52,7	46	197,5	1423	9,3

Повар _____

Алекса Оксана Сергеевна/Репина Екатерина

Согласовано

Заведующий

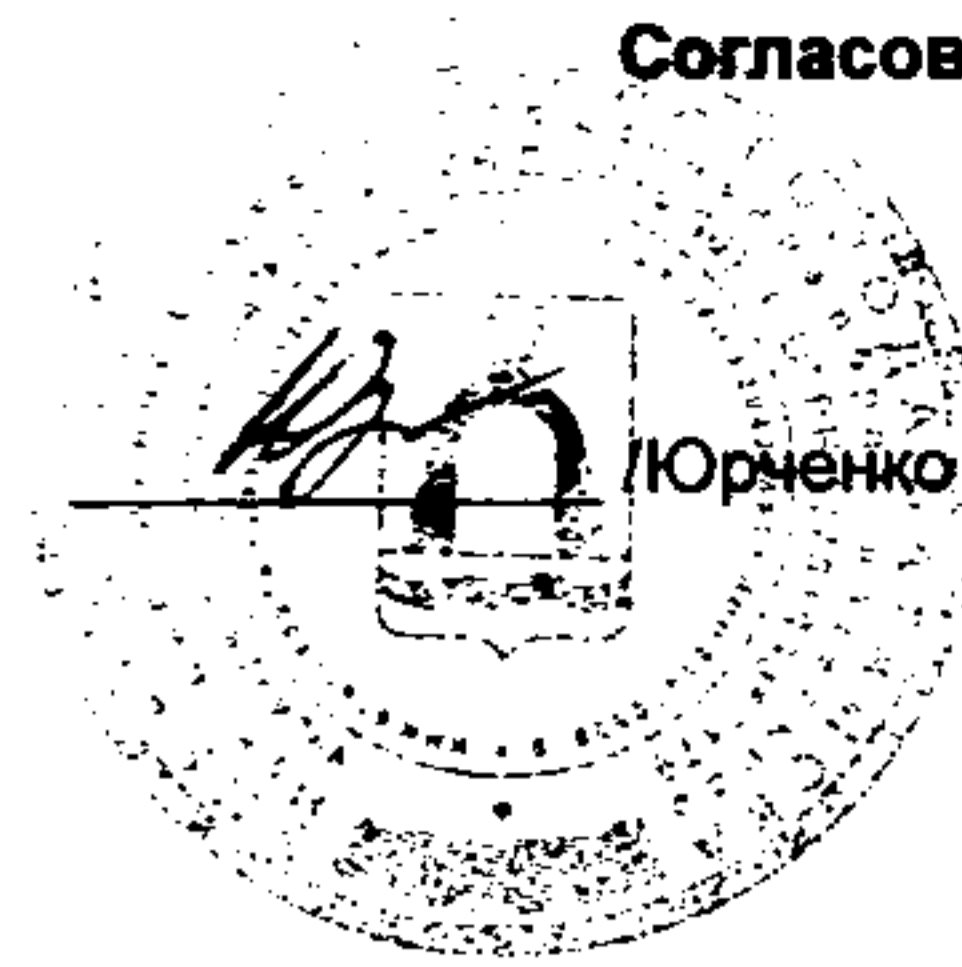
МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

23 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								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	16,9	10,2	10,6	206	0,2
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	2,2	0,8	14,8	76	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,2		38	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		12,8	52	0
Итого			305	19,2	15,2	38,2	372	0,2
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,3	4	9,3	79	6
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,9	3,6	4,9	55	2,3
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	12,1	11,7	2	162	0
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,8	4,2	27,2	166	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,7	0,1	11	52	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	2,9	0,4	18,4	88	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			14	56	0
Итого			715	23,7	24	86,8	658	8,3
Полдник								
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	165	4,8	4,1	18,4	131	0,8
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	80	5,8	4,8	43,5	243	0
Итого			245	10,6	8,9	61,9	374	0,8
Ужин								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,2	8,2	25,2	200	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,7	0,1	11	52	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		12,8	52	0
Итого			402	8	8,3	49	304	0,5
Всего				61,5	56,4	235,9	1708	9,8

Повар _____

Алекса Оксана Сергеевна/Репина Екатерина