

Согласовано

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
25 июля 2023 г.**Ясли 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,7	4,2	20,6	137	0,4
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,7	0,7	12	61	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		3,8		35	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,6	2,2	10,1	72	0,5
<b>Итого</b>			<b>358</b>	<b>8</b>	<b>10,9</b>	<b>42,7</b>	<b>305</b>	<b>0,9</b>
<b>Обед</b>								
	22	СВЕКОЛЬНИК	150	1,6	3,4	9,3	74	4,6
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,8	11	4,9	153	0
2008	181	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3,2	3,5	20,8	128	0
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,6	1,9	3	32	1,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1	0,1	6,7	32	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			6,5	26	0
<b>Итого</b>			<b>548</b>	<b>17,5</b>	<b>20,2</b>	<b>66,2</b>	<b>517</b>	<b>6,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,1	4,4	8,4	95	1
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,2	5,9	26,6	172	0
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>9,3</b>	<b>10,3</b>	<b>35</b>	<b>267</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	120/20	24,9	19,6	22,8	371	0,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1	0,1	6,7	32	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,3	30	0
<b>Итого</b>			<b>333</b>	<b>26</b>	<b>19,7</b>	<b>36,8</b>	<b>433</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>60,8</b>	<b>61,1</b>	<b>180,7</b>	<b>1522</b>	<b>8,2</b>

Повар \_\_\_\_\_ Алекса Оксана Сергеевна

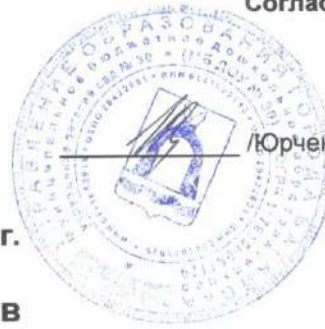
Согласовано

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
25 июля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,4	5	25	164	0,5
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,1	0,8	14,2	73	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		3,5		32	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,9	2,4	11,2	79	0,5
<b>Итого</b>			<b>413</b>	<b>9,4</b>	<b>11,7</b>	<b>50,4</b>	<b>348</b>	<b>1</b>
<b>Обед</b>								
	22	СВЕКОЛЬНИК	180	2,2	4,4	12,2	97	6,2
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	11,5	13,9	6,7	197	0
2008	181	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,1	4,6	27	166	0
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	55	0,9	3,1	4,6	51	2,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	9	42	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,9	0,4	18,7	90	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			7,5	30	0
<b>Итого</b>			<b>687</b>	<b>23</b>	<b>26,5</b>	<b>85,7</b>	<b>673</b>	<b>8,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,2	5,4	10,3	115	3,06
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,2	5,9	26,6	172	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>10,4</b>	<b>11,3</b>	<b>36,9</b>	<b>287</b>	<b>3,06</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	140/30	28,1	22,1	25,9	422	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	9	42	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,7	31	0
<b>Итого</b>			<b>388</b>	<b>29,6</b>	<b>22,2</b>	<b>42,6</b>	<b>495</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>72,4</b>	<b>71,7</b>	<b>215,6</b>	<b>1803</b>	<b>12,76</b>

Повар \_\_\_\_\_ Алекса Оксана Сергеевна