

Согласовано

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

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	150	2,9	3,1	11,3	84	0,3
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,6	0,6	11,2	57	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,4		40	0
ч/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,9	24	0
<b>Итого</b>			<b>327</b>	<b>4,6</b>	<b>8,1</b>	<b>28,4</b>	<b>205</b>	<b>0,3</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,2	1,4	7,8	48	4,8
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	45	7,9	10,3	4,1	139	0,3
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	40	0,3	1,5	1,5	21	1,3
2012	415	КАША РИСОВАЯ	100	1,5	2,5	15,4	91	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,3	0,1	8,3	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,8	0,2	11,2	54	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150			6,3	25	0
<b>Итого</b>			<b>527</b>	<b>14</b>	<b>16</b>	<b>54,6</b>	<b>417</b>	<b>6,4</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,1	1,8	8,6	60	0,4
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	40	2,4	1,9	30	146	0
<b>Итого</b>			<b>190</b>	<b>4,5</b>	<b>3,7</b>	<b>38,6</b>	<b>206</b>	<b>0,4</b>
<b>Ужин</b>								
2008		БАНАН	73	1,1	0,4	15,3	70	7,3
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	130	9,2	12,9	15,9	216	11,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12	0,9	0,1	6,2	29	0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		6,6	27	0,4
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>11,3</b>	<b>13,4</b>	<b>44</b>	<b>342</b>	<b>19,3</b>
<b>Всего</b>				<b>34,4</b>	<b>41,2</b>	<b>165,6</b>	<b>1170</b>	<b>26,4</b>

Повар \_\_\_\_\_ Алекса Оксана Сергеевна/Репина Екатерина

Согласовано

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
30 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ЯЧНЕВОЙ)	180	3,1	3,3	11,6	89	0,4
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,9	0,7	13,2	67	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,2		38	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,2	29	0
<b>Итого</b>			<b>391</b>	<b>5,1</b>	<b>8,2</b>	<b>32</b>	<b>223</b>	<b>0,4</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,8	1,9	10,6	67	6,4
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	11,1	14,7	5,9	201	0,4
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,6	2,5	3,6	41	1,6
2012	415	КАША РИСОВАЯ	130	1,9	2,9	20,2	115	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,3	0,1	8,3	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,2	0,3	13,9	67	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			7,9	31	0
<b>Итого</b>			<b>669</b>	<b>18,9</b>	<b>22,4</b>	<b>70,4</b>	<b>561</b>	<b>8,4</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,6	2,2	10,3	73	0,4
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	40	2,4	1,9	30	146	0
<b>Итого</b>			<b>220</b>	<b>5</b>	<b>4,1</b>	<b>40,3</b>	<b>219</b>	<b>0,4</b>
<b>Ужин</b>								
2008		БАНАН	81	1,2	0,4	17	78	8,1
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	155	7,2	8,4	9,1	143	6,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,3	0,1	8,3	39	0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1		7,3	30	0,4
<b>Итого</b>			<b>452</b>	<b>9,8</b>	<b>8,9</b>	<b>41,7</b>	<b>290</b>	<b>15,2</b>
<b>Всего</b>				<b>38,8</b>	<b>43,6</b>	<b>184,4</b>	<b>1293</b>	<b>24,4</b>

Повар \_\_\_\_\_ Алекса Оксана Сергеевна/Репина Екатерина