

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

# МЕНЮ

1 апреля 2024 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 (ОВСЯНОЙ)	150	4,31	4,64	13,13	112,07	0,52
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,91	0,74	13,08	66,69	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	5,25	0,05	47,60	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,79	3,22	11,30	90,34	0,66
Ю08		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	85	0,36	0,36	8,70	41,73	8,88
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>10,40</b>	<b>14,21</b>	<b>46,26</b>	<b>358,43</b>	<b>10,06</b>
<b>Обед</b>								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,31	1,11	9,72	54,38	4,02
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	140	11,91	13,11	26,80	273,14	1,67
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,54	2,54	2,19	33,90	1,99
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,18	0,10	7,76	36,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,05	0,27	13,10	63,04	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	6,16	24,63	0,00
<b>Итого</b>			<b>515</b>	<b>16,99</b>	<b>17,13</b>	<b>65,73</b>	<b>485,69</b>	<b>7,68</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	180	4,99	4,30	8,25	92,84	0,92
2008		ВАФЛИ	20	0,51	0,60	14,05	64,36	0,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>5,50</b>	<b>4,90</b>	<b>22,30</b>	<b>157,20</b>	<b>0,92</b>
<b>Ужин</b>								
2012	450	ОЛАДЬИ С ИЗЮМОМ	120/30	7,74	12,01	52,30	348,21	0,11
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12	0,90	0,07	5,93	27,99	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,11	0,00	6,42	26,63	0,46
<b>Итого</b>			<b>342</b>	<b>8,75</b>	<b>12,08</b>	<b>64,65</b>	<b>402,83</b>	<b>0,57</b>
<b>Всего</b>				<b>41,64</b>	<b>48,32</b>	<b>198,94</b>	<b>1 404,15</b>	<b>19,23</b>

Повар \_\_\_\_\_ Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/



# МЕНЮ

1 апреля 2024 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>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ОВСЯНОЙ)	180	5,64	5,96	16,65	143,70	0,68
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,62	0,04	41,85	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,67	2,30	22,82	123,28	0,92
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,39	0,39	9,64	46,25	9,84
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>10,98</b>	<b>14,14</b>	<b>64,57</b>	<b>433,68</b>	<b>11,44</b>
<b>Обед</b>								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,80	2,15	13,30	80,27	5,32
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	17,47	13,37	27,04	298,68	10,74
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	45	0,91	4,25	3,68	56,83	3,34
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,12	9,86	46,52	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,57	0,34	16,45	79,16	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,84	31,33	0,00
<b>Итого</b>			<b>625</b>	<b>24,25</b>	<b>20,23</b>	<b>78,17</b>	<b>592,79</b>	<b>19,40</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,73	4,98	9,49	106,22	2,82
2008		ВАФЛИ	45	1,27	1,49	34,97	160,14	0,00
<b>Итого</b>			<b>245</b>	<b>7,00</b>	<b>6,47</b>	<b>44,46</b>	<b>266,36</b>	<b>2,82</b>
<b>Ужин</b>								
2012	450	ОЛАДЫ С ИЗЮМОМ	140/30	14,21	18,93	93,91	602,70	0,11
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,12	9,86	46,52	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,14	0,00	7,35	30,46	0,53
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>15,85</b>	<b>19,05</b>	<b>111,12</b>	<b>679,68</b>	<b>0,64</b>
<b>Всего</b>				<b>58,08</b>	<b>59,89</b>	<b>298,32</b>	<b>1 972,51</b>	<b>34,30</b>

Повар \_\_\_\_\_

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.