

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

2 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		
Завтрак								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	95/30	11,67	17,08	17,09	270,71	0,25
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,45	0,56	9,91	50,53	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,01	2,36	0,02	21,37	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,90	2,44	11,29	79,41	0,52
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	0,34	0,34	8,25	39,58	8,42
Итого			379	16,37	22,78	46,56	461,60	9,19
Обед								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	2,22	1,68	11,76	71,40	4,80
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	55	8,38	8,08	2,04	114,28	0,39
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,24	3,01	15,60	98,63	7,62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,09	0,09	7,17	33,83	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,18	0,29	13,93	67,02	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,73	0,15	14,79	62,96	2,93
Итого			512	16,84	13,30	65,29	448,12	15,74
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,64	3,13	6,02	67,72	0,67
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	4,87	7,68	29,95	208,13	0,01
Итого			200	8,51	10,81	35,97	275,85	0,68
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННОЙ	150	3,81	3,07	12,63	94,04	0,47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,82	0,07	5,38	25,37	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,00	7,18	29,56	0,36
Итого			340	4,75	3,14	25,19	148,97	0,83
Всего				46,47	50,03	173,01	1 334,54	26,44

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.



Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

2 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		
Завтрак								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	120/30	13,04	19,93	18,93	309,47	0,29
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,76	0,68	12,03	61,33	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,63	0,03	23,84	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,50	2,94	13,39	94,81	0,63
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,37	0,37	9,16	43,92	9,34
Итого			448	18,69	26,55	53,54	533,37	10,26
Обед								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	180	2,66	2,02	14,11	85,70	5,76
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	75	11,13	10,64	2,78	151,38	0,54
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,64	3,04	18,39	111,83	8,98
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,37	0,11	8,99	42,42	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,72	0,36	17,42	83,83	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,88	0,18	17,70	75,37	3,51
Итого			623	21,40	16,35	79,39	550,53	18,79
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,25	4,56	8,69	97,18	2,58
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	60	5,06	7,34	35,44	227,83	0,02
Итого			240	10,31	11,90	44,13	325,01	2,60
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННОЙ	200	5,04	4,29	16,67	126,07	0,63
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,37	0,11	8,99	42,42	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,14	0,00	8,18	33,63	0,39
Итого			418	6,55	4,40	33,84	202,12	1,02
Всего				56,95	59,20	210,90	1 611,03	32,67

Повар _____ Алекса О.С. / Дерновая Н.В.