

Утверждаю



Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
2 декабря 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	4,45	7,32	18,91	160,04	0,58
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	4,50	0,04	40,80	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,19	1,80	9,23	62,41	0,39
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	75	1,13	0,38	15,77	72,09	7,51
Итого			405	9,71	14,74	57,03	402,03	8,48
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,68	2,46	4,56	48,00	13,20
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	55	7,56	9,65	5,44	138,68	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,30	3,68	15,69	105,29	7,62
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,63	1,84	3,17	31,86	1,56
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,47	0,33	15,80	76,02	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	7,92	31,67	0,00
Итого			542	14,64	17,96	52,58	431,52	22,38
Полдник								
2008	435	КЕФИР	140	3,97	3,42	5,48	72,60	0,96
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,12	5,82	26,19	169,75	0,00
Итого			190	8,09	9,24	31,67	242,35	0,96
Ужин								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	140	6,98	8,86	24,29	205,63	0,04
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,00	8,20	33,85	0,54
Итого			350	9,39	9,05	47,54	310,53	0,58
Всего				41,83	50,99	188,82	1 386,43	32,40

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

2 декабря 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	5,33	7,16	22,07	174,93	0,69
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,22	0,86	15,23	77,64	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,60	2,15	11,43	76,13	0,46
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	75	1,13	0,38	15,81	72,28	7,53
Итого			470	11,31	14,68	64,58	438,38	8,68
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,69	4,65	8,05	81,73	10,70
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	10,03	11,92	7,11	175,69	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,71	4,51	18,52	125,89	9,00
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,95	2,83	4,74	48,45	2,33
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	3,06	0,41	19,59	94,27	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,56	38,23	0,00
Итого			691	18,44	24,32	67,57	564,26	22,03
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,12	5,82	26,19	169,75	0,00
Итого			230	10,12	6,02	34,19	231,75	2,00
Ужин								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	170	8,14	10,08	28,49	238,29	0,04
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,25	20,01	94,44	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,15	0,00	9,08	37,55	0,65
Итого			410	11,33	10,33	57,58	370,28	0,69
Всего				51,20	55,35	223,92	1 604,67	33,40

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.