

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
4 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	150	4,06	3,20	13,63	100,21	0,52
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,56	0,60	10,68	54,41	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,17	0,03	28,77	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	3,19	2,69	12,26	86,72	0,58
Итого			325	8,83	9,66	36,60	270,11	1,10
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,32	2,41	8,04	59,32	4,85
	25	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	50	12,19	14,79	2,00	190,10	1,53
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,69	4,61	25,84	167,65	0,00
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,14	1,57	2,40	28,16	1,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,41	0,11	9,26	43,72	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,24	0,30	14,35	69,03	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	8,20	32,75	0,00
Итого			542	23,99	23,79	70,09	590,73	7,90
Полдник								
2008	435	КЕФИР	140	4,05	3,49	5,59	74,05	0,98
		ПАСТИЛА	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			160	4,05	3,49	5,59	74,05	0,98
Ужин								
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,33	9,04	14,78	151,11	8,93
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,06	0,09	6,95	32,79	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	9,15	37,02	0,02
Итого			344	3,50	9,13	30,88	220,92	8,95
Всего				40,37	46,07	143,16	1 155,81	18,93

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/



МЕНЮ

4 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ЯЧНЕВОЙ)	180	4,84	4,08	15,95	120,71	0,62
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,82	0,70	12,44	63,42	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,72	0,03	24,65	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,86	3,23	14,55	103,58	0,69
Итого			389	10,54	10,73	42,97	312,36	1,31
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	180	1,55	3,05	9,44	71,81	5,79
	25	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТАМИ	60	16,28	19,76	2,95	255,05	2,08
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	1,71	2,42	3,58	42,85	2,27
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,41	0,11	9,26	43,72	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	2,83	0,38	18,11	87,15	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,57	38,26	0,00
Итого			671	31,18	31,72	86,51	756,84	10,14
Полдник								
2008	435	КЕФИР	160	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
		ПАСТИЛА	45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			205	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
Ужин								
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	2,77	10,76	17,04	177,35	10,61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,41	0,11	9,26	43,72	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	9,81	39,71	0,02
Итого			398	4,30	10,87	36,11	260,78	10,63
Всего				52,02	53,52	173,59	1 391,98	24,08

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