

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

5 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								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	100/30	9,69	8,56	24,96	217,26	0,23
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,95	0,03	26,71	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	4,32	17,61	0,02
Итого			305	11,30	12,09	39,59	313,98	0,25
Обед								
2008	89	РАССОЛЬНИК	150	1,74	2,52	8,34	63,00	4,80
2008	264	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	50	6,47	10,19	1,96	125,46	1,01
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	4,38	3,61	25,61	152,26	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	11	0,87	0,07	5,74	27,07	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,94	0,26	12,41	59,73	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,06	0,06	5,53	23,22	0,58
Итого			490	15,46	16,71	59,59	450,74	6,39
Полдник								
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,80	3,24	10,24	86,31	0,67
2012	467	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	45	4,18	3,35	23,95	142,43	0,00
Итого			195	7,98	6,59	34,19	228,74	0,67
Ужин								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,35	4,85	20,48	142,54	0,38
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	11	0,87	0,07	5,74	27,07	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,94	0,19	18,97	80,78	3,76
Итого			341	6,16	5,11	45,19	250,39	4,14
Всего				40,90	40,50	178,56	1 243,85	11,45

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

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
5 апреля 2024 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		
Завтрак								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	130/30	11,81	10,42	31,16	267,87	0,28
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,81	0,70	12,38	63,12	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,95	0,03	26,71	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	5,48	22,32	0,02
Итого			369	13,74	14,07	49,05	380,02	0,30
Обед								
2008	89	РАССОЛЬНИК	180	2,09	3,02	10,01	75,60	5,76
2008	264	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	65	8,59	13,61	2,87	168,49	1,22
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,70	4,70	33,30	198,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,16	0,09	7,64	36,06	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,40	0,32	15,37	73,94	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,07	0,07	10,71	44,17	0,71
Итого			606	20,01	21,81	79,90	596,26	7,69
Полдник								
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,61	3,91	12,16	103,41	0,81
2012	467	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	70	5,95	4,97	38,88	223,76	0,00
Итого			250	10,56	8,88	51,04	327,17	0,81
Ужин								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,77	5,50	26,89	179,74	0,50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,16	0,09	7,64	36,06	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,04	0,21	21,08	89,76	4,18
Итого			415	7,97	5,80	55,61	305,56	4,68
Всего				52,28	50,56	235,60	1 609,01	13,48

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