

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

8 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	2,74	4,13	10,17	89,33	0,36
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,66	0,64	11,38	58,01	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,95	0,03	26,71	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,06	1,72	7,81	55,40	0,37
Итого			327	6,48	9,44	29,39	229,45	0,73
Обед								
2015	63	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,06	5,36	6,06	76,95	4,44
2008	238	РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60/30	12,26	0,69	0,35	57,10	0,31
2008	181	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3,15	3,54	20,76	127,61	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	11	0,82	0,07	5,38	25,37	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,13	0,28	13,63	65,56	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
Итого			533	19,42	9,94	51,02	371,94	4,75
Полдник								
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,91	2,49	9,47	72,60	0,51
2008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
Итого			200	3,47	3,15	24,93	143,40	0,51
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	100/30	13,85	16,54	29,95	326,26	0,22
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	11	0,82	0,07	5,38	25,37	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,09	0,00	5,01	20,38	0,02
Итого			321	14,76	16,61	40,34	372,01	0,24
Всего				44,13	39,14	145,68	1 116,80	6,23

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/



МЕНЮ

8 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	3,28	5,21	11,88	108,22	0,42
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,01	0,78	13,76	70,15	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,01	0,03	27,32	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,49	2,06	9,15	65,63	0,44
Итого			392	7,80	11,06	34,82	271,32	0,86
Обед								
2015	63	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	1,28	5,97	7,16	87,65	5,36
2008	238	РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	80/30	15,00	0,85	0,46	69,89	0,38
2008	181	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,10	4,60	27,00	166,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,11	0,09	7,28	34,38	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,67	0,35	17,09	82,24	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	5,62	22,47	0,00
Итого			655	24,16	11,86	64,61	462,63	5,74
Полдник								
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,29	2,79	10,38	80,59	0,57
2008		ВАФЛИ	40	1,12	1,32	30,92	141,60	0,00
Итого			240	4,41	4,11	41,30	222,19	0,57
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130/30	15,55	18,02	32,45	356,66	0,23
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,11	0,09	7,28	34,38	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,09	0,00	5,40	21,94	0,02
Итого			375	16,75	18,11	45,13	412,98	0,25
Всего				53,12	45,14	185,86	1 369,12	7,42

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