

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

12 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ЯЧНЕВАЯ)	150	4,15	3,61	13,67	104,34	0,55
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,75	0,68	11,99	61,13	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,58	0,04	41,56	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,85	2,40	8,72	68,62	0,48
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	87	1,31	0,44	18,29	83,62	8,71
Итого			415	10,09	11,71	52,71	359,27	9,74
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,37	2,32	8,40	60,27	4,88
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	6,13	6,08	3,88	94,65	0,00
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	45	0,41	1,78	1,70	25,05	1,49
2012	415	КАША РИСОВАЯ	110	1,58	2,89	16,57	98,58	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	35	0,55	1,15	1,15	17,95	8,76
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,50	0,33	16,01	77,05	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	6,45	25,80	0,00
Итого			578	12,54	14,55	54,16	399,35	15,13
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,48	3,86	7,41	83,39	0,83
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,16	6,03	30,94	198,65	0,03
Итого			210	9,64	9,89	38,35	282,04	0,86
Ужин								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	145	2,37	4,61	13,02	104,11	6,65
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	6,67	27,13	0,02
Итого			345	4,01	4,73	29,73	178,60	6,67
Всего				36,28	40,88	174,95	1 219,26	32,40

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/



МЕНЮ

12 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ЯЧНЕВОЙ)	180	4,96	4,67	15,71	125,45	0,66
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,05	0,79	14,03	71,51	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,21	0,04	38,18	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,32	2,82	10,61	81,97	0,58
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	87	1,30	0,43	18,19	83,16	8,66
Итого			479	11,66	12,92	58,58	400,27	9,90
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,71	2,13	10,38	67,93	6,36
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	8,76	9,07	5,71	139,36	0,00
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,76	2,53	3,94	42,26	1,84
2012	415	КАША РИСОВАЯ	130	1,90	2,94	19,93	113,73	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,82	1,61	3,29	32,19	12,91
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	3,08	0,41	19,69	94,76	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,06	28,23	0,00
Итого			726	17,03	18,69	70,00	518,46	21,11
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,08	4,38	8,41	94,66	0,94
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	70	5,68	6,76	39,66	242,01	0,04
Итого			250	10,76	11,14	48,07	336,67	0,98
Ужин								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	170	2,87	5,51	15,77	125,34	8,04
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,24	0,18	14,74	69,57	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,11	0,00	7,29	29,60	0,02
Итого			399	5,22	5,69	37,80	224,51	8,06
Всего				44,67	48,44	214,45	1 479,91	40,05

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.