

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
15 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 (ОВСЯНОЙ)	150	4,58	4,72	13,74	116,27	0,55
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,01	3,42	12,05	96,06	0,71
Итого			330	10,50	13,00	38,68	315,23	1,26
Обед								
2008	104	СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ	150	7,02	3,42	14,28	116,42	2,40
	115	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	140	9,98	9,87	19,85	208,06	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,40	0,11	9,20	43,42	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,37	0,32	15,19	73,08	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			494	20,77	13,72	64,97	466,78	2,40
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	5,06	4,37	6,99	92,55	1,22
		ПАСТИЛА	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			200	5,06	4,37	6,99	92,55	1,22
Ужин								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ТВОРОГОМ	160	7,32	6,25	24,01	182,45	0,04
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,02	0,08	6,69	31,58	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	8,23	33,24	0,02
Итого			353	8,42	6,33	38,93	247,27	0,06
Всего				44,75	37,42	149,57	1 121,83	4,94

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

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
15 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 (ОВСЯНОЙ)	180	5,48	5,46	16,29	137,05	0,66
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,23	0,86	15,30	77,98	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,78	2,40	23,81	128,64	0,96
Итого			395	10,52	12,85	55,44	381,07	1,62
Обед								
2008	104	СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ	200	9,36	4,56	19,04	155,20	3,20
	115	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	160	11,98	11,45	23,97	246,63	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,73	0,14	11,41	53,85	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,97	0,39	19,03	91,54	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	8,41	33,63	0,00
Итого			608	26,04	16,54	81,86	580,85	3,20
Полдник								
2008	435	КЕФИР	200	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	30	1,43	3,81	17,38	97,62	0,00
Итого			230	7,43	4,01	25,38	159,62	2,00
Ужин								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ТВОРОГОМ	210	7,32	6,25	24,01	182,45	0,04
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,73	0,14	11,41	53,85	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,11	0,00	8,63	34,92	0,02
Итого			433	9,16	6,39	44,05	271,22	0,06
Всего				53,15	39,79	206,73	1 392,76	6,88

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