

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

17 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	211	ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ	150	9,90	14,45	29,58	289,46	0,26
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,57	0,92	2,92	22,32	0,08
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,70	45,78	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,75	0,03	24,92	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	3,31	2,79	11,53	85,28	0,60
Итого			355	15,28	21,03	53,76	467,76	0,94
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,65	2,29	18,14	111,97	2,82
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/30	9,70	6,00	2,81	115,63	7,61
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	4,38	3,61	25,61	152,26	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,12	0,28	13,56	65,27	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			522	20,85	12,18	66,57	470,93	10,43
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	5,19	4,48	7,16	94,90	1,25
Итого			180	5,19	4,48	7,16	94,90	1,25
Ужин								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,79	4,64	16,85	124,20	0,39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,12	0,09	7,36	34,73	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,09	0,00	7,92	32,07	0,02
Итого			345	5,00	4,73	32,13	191,00	0,41
Всего				46,32	42,42	159,62	1 224,59	13,03

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/



МЕНЮ
17 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								
2012	211	ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ	180	10,74	17,26	28,55	314,15	0,31
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,94	1,63	5,02	38,73	0,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,70	45,78	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,01	2,40	0,02	21,76	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,60	2,14	9,35	67,64	0,46
Итого			435	15,77	23,55	52,64	488,06	0,90
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	180/10	5,39	2,44	21,32	129,03	3,38
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/40	13,26	8,39	3,63	158,91	10,43
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,70	4,70	33,30	198,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,61	0,35	16,74	80,55	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	8,09	32,33	0,00
Итого			649	26,96	15,88	83,08	598,82	13,81
Полдник								
2008	435	КЕФИР	200	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
Итого			200	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
Ужин								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,01	4,95	22,14	153,08	0,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,70	45,78	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,11	0,00	8,31	33,64	0,02
Итого			420	6,60	5,07	40,15	232,50	0,54
Всего				55,33	44,70	183,87	1 381,38	17,25

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