

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

26 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	4,35	3,92	14,93	113,12	0,56
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	4,71	0,05	42,74	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,24	1,87	8,80	61,53	0,40
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	72	1,08	0,36	15,12	69,12	7,20
Итого			402	9,58	11,59	51,75	352,01	8,16
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,98	3,02	7,44	64,20	6,00
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	50	10,50	11,20	0,60	145,00	0,00
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,42	1,72	1,68	24,30	1,47
2012	415	КАША РИСОВАЯ	110	1,60	3,65	16,73	106,26	0,00
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	40	0,54	1,43	2,56	25,31	1,33
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,36	0,11	8,96	42,29	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,36	0,31	15,14	72,84	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	8,29	33,16	0,00
Итого			604	18,76	21,44	61,40	513,36	8,80
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	5,28	4,55	7,29	96,56	1,28
	К/К	ЗЕФИР	20	0,16	0,02	15,96	65,20	0,00
Итого			200	5,44	4,57	23,25	161,76	1,28
Ужин								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	22,38	14,74	25,98	330,40	0,44
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,04	0,08	6,81	32,14	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,09	0,00	9,16	36,97	0,02
Итого			324	23,51	14,82	41,95	399,51	0,46
Всего				57,29	52,42	178,35	1 426,64	18,70

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна

МЕНЮ

26 декабря 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ЯЧНЕВОЙ)	180	5,16	4,96	17,00	134,29	0,67
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,21	0,86	15,17	77,34	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,57	0,04	41,45	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,71	2,24	11,86	79,06	0,48
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	72	1,08	0,36	15,16	69,30	7,22
Итого			467	11,19	12,99	59,23	401,44	8,37
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	2,64	4,02	9,92	85,60	8,00
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	70	14,69	15,67	0,84	202,92	0,00
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	60	0,79	2,73	4,19	45,29	2,03
2012	415	КАША РИСОВАЯ	130	1,90	3,16	19,96	115,90	0,00
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	55	0,79	2,17	3,77	37,91	1,97
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,08	0,17	13,66	64,48	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,95	0,39	18,90	90,92	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	10,15	40,57	0,00
Итого			767	25,84	28,31	81,39	683,59	12,00
Полдник								
2008	435	КЕФИР	200	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
	К/К	ЗЕФИР	50	0,40	0,05	39,61	161,82	0,00
Итого			250	6,40	0,25	47,61	223,82	2,00
Ужин								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	160	26,70	17,75	31,16	396,31	0,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,36	0,11	8,96	42,29	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,11	0,00	10,36	41,84	0,02
Итого			378	28,17	17,86	50,48	480,44	0,54
Всего				71,60	59,41	238,71	1 789,29	22,91

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