

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

# МЕНЮ

28 ноября 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	150	4,17	3,98	13,96	109,05	0,53
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	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,11	3,45	11,17	93,43	0,69
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
<b>Итого</b>			<b>428</b>	<b>10,46</b>	<b>12,64</b>	<b>46,94</b>	<b>347,90</b>	<b>11,20</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,29	1,77	7,85	52,85	4,78
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	9,88	12,49	4,78	171,13	0,43
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	40	0,44	1,34	1,76	21,51	1,58
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,35	2,92	19,07	116,35	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,44	0,86	0,98	14,06	6,72
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	6,45	25,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>555</b>	<b>17,72</b>	<b>19,69</b>	<b>55,73</b>	<b>473,09</b>	<b>13,51</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,34	3,74	7,18	80,78	0,80
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	4,00	1,95	23,88	128,64	0,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>8,34</b>	<b>5,69</b>	<b>31,06</b>	<b>209,42</b>	<b>0,80</b>
<b>Ужин</b>								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	135	2,40	4,33	13,11	101,86	6,59
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,35	0,19	15,47	73,02	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	7,43	30,02	0,02
<b>Итого</b>			<b>345</b>	<b>4,83</b>	<b>4,52</b>	<b>36,01</b>	<b>204,90</b>	<b>6,61</b>
<b>Всего</b>				<b>41,35</b>	<b>42,54</b>	<b>169,74</b>	<b>1 235,31</b>	<b>32,12</b>

Повар \_\_\_\_\_

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
28 ноября 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ЯЧНЕВОЙ)	180	4,95	4,74	16,10	127,73	0,64
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,11	0,82	14,47	73,78	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,46	0,04	40,41	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,24	2,75	9,94	78,28	0,56
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,76	46,80	9,96
<b>Итого</b>			<b>493</b>	<b>10,73</b>	<b>13,17</b>	<b>50,31</b>	<b>367,00</b>	<b>11,16</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,77	2,11	10,82	69,81	6,39
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	75	13,01	17,41	7,68	239,49	0,57
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0,55	1,93	2,21	29,17	1,96
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	125	4,62	4,03	26,29	160,44	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,65	1,42	3,05	28,55	10,09
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	2,88	0,38	18,42	88,62	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,46	29,81	0,00
<b>Итого</b>			<b>713</b>	<b>23,48</b>	<b>27,28</b>	<b>75,93</b>	<b>645,89</b>	<b>19,01</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,95	4,27	8,20	92,18	0,92
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	4,95	1,37	32,74	162,81	0,00
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>9,90</b>	<b>5,64</b>	<b>40,94</b>	<b>254,99</b>	<b>0,92</b>
<b>Ужин</b>								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	155	3,01	5,14	15,96	123,92	15,78
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,36	0,27	22,09	104,26	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	7,67	31,05	0,02
<b>Итого</b>			<b>399</b>	<b>6,47</b>	<b>5,41</b>	<b>45,72</b>	<b>259,23</b>	<b>15,80</b>
<b>Всего</b>				<b>50,58</b>	<b>51,50</b>	<b>212,90</b>	<b>1 527,11</b>	<b>46,89</b>

Повар \_\_\_\_\_ Алекса О.С. / Дерновая Н.В.