

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
29 февраля 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 (ОВСЯНОЙ)	150	4,56	4,76	14,27	118,74	0,52
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,77	0,69	12,15	61,93	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,50	0,04	40,80	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,82	3,24	11,34	90,81	0,67
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	74	1,12	0,37	15,64	71,48	7,45
<b>Итого</b>			<b>403</b>	<b>11,30</b>	<b>13,56</b>	<b>53,44</b>	<b>383,76</b>	<b>8,64</b>
<b>Обед</b>								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,30	1,11	9,58	53,91	3,98
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	130	11,69	10,91	4,92	165,69	4,06
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	0,92	3,26	23,48	1,53
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,32	0,11	8,67	40,91	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,23	0,30	14,26	68,60	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	6,16	24,63	0,00
<b>Итого</b>			<b>521</b>	<b>17,09</b>	<b>13,35</b>	<b>46,85</b>	<b>377,22</b>	<b>9,57</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	150	4,41	3,80	6,08	80,54	1,06
2008		ВАФЛИ	13	0,36	0,42	9,84	45,05	0,00
<b>Итого</b>			<b>163</b>	<b>4,77</b>	<b>4,22</b>	<b>15,92</b>	<b>125,59</b>	<b>1,06</b>
<b>Ужин</b>								
2012	450	ОЛАДЬИ С ИЗЮМОМ	110/30	7,44	10,77	51,22	331,73	0,09
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,04	0,08	6,84	32,29	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,11	0,00	6,38	25,94	0,02
<b>Итого</b>			<b>334</b>	<b>8,59</b>	<b>10,85</b>	<b>64,44</b>	<b>389,96</b>	<b>0,11</b>
<b>Всего</b>				<b>41,75</b>	<b>41,98</b>	<b>180,65</b>	<b>1 276,53</b>	<b>19,38</b>

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

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
29 февраля 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ОВСЯНОЙ)	180	5,46	5,52	16,89	139,81	0,62
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,11	0,82	14,47	73,77	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,34	0,04	39,37	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,43	2,09	20,76	112,16	0,84
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	83	1,25	0,42	17,46	79,84	8,32
<b>Итого</b>			<b>476</b>	<b>11,28</b>	<b>13,19</b>	<b>69,62</b>	<b>444,95</b>	<b>9,78</b>
<b>Обед</b>								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,60	1,80	11,72	69,95	4,81
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	160	14,06	13,53	5,92	203,05	4,91
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	55	0,81	1,59	4,81	36,70	2,25
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,64	0,13	10,76	50,79	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,81	0,37	18,02	86,68	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,52	30,04	0,00
<b>Итого</b>			<b>637</b>	<b>20,92</b>	<b>17,42</b>	<b>58,75</b>	<b>477,21</b>	<b>11,97</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	170	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
2008		ВАФЛИ	24	0,69	0,81	18,92	86,64	0,00
<b>Итого</b>			<b>194</b>	<b>6,69</b>	<b>1,01</b>	<b>26,92</b>	<b>148,64</b>	<b>2,00</b>
<b>Ужин</b>								
2012	450	ОЛАДЬИ С ИЗЮМОМ	140/30	13,92	17,43	93,78	587,62	0,09
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,64	0,13	10,76	50,79	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,12	0,00	7,11	28,90	0,02
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>15,68</b>	<b>17,56</b>	<b>111,65</b>	<b>667,31</b>	<b>0,11</b>
<b>Всего</b>				<b>54,57</b>	<b>49,18</b>	<b>266,94</b>	<b>1 738,11</b>	<b>23,86</b>

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