

Утверждаю

Заведующий .

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

1 апреля 2025 г.

Ясли 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	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	125/30	13,48	11,48	40,09	319,59	0,38
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,00	0,77	13,71	69,87	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	3	0,02	2,75	0,03	24,93	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	3,36	2,80	10,27	80,48	0,60
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	54	0,82	0,27	11,43	52,27	5,44
Итого			389	19,68	18,07	75,53	547,14	6,42
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	155	1,70	3,22	10,58	78,70	4,95
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	12,07	10,90	2,92	158,19	0,53
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,30	2,56	15,66	95,05	7,61
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,62	2,26	2,37	33,24	9,91
2008		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ	21	1,58	0,42	10,18	51,93	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,57	0,34	16,49	79,32	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	145	0,09	0,08	6,20	26,38	0,90
Итого			590	20,93	19,78	64,40	522,81	23,90
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	149	4,19	3,61	6,94	77,99	0,78
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	55	4,94	6,32	28,82	191,71	0,01
Итого			204	9,13	9,93	35,76	269,70	0,79
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННОЙ	150	3,93	3,65	11,95	97,07	0,54
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,19	0,10	7,81	36,84	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,13	0,00	5,69	24,11	0,77
Итого			346	5,25	3,75	25,45	158,02	1,31
Всего				54,99	51,53	201,14	1 497,67	32,42

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

1 апреля 2025 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	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	145/30	15,19	12,34	43,22	346,99	0,39
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,38	0,92	16,33	83,22	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	3	0,01	2,18	0,02	19,80	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,64	2,15	8,39	64,10	0,46
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	55	0,82	0,27	11,46	52,37	5,46
Итого			445	21,04	17,86	79,42	566,48	6,31
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	205	2,25	3,76	13,22	96,52	6,51
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	14,99	13,88	3,50	198,63	0,67
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,71	2,80	18,55	110,54	9,02
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	55	0,94	3,00	3,23	45,05	14,75
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	27	2,00	0,53	12,83	65,48	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	3,16	0,42	20,26	97,48	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,10	0,09	11,22	46,91	1,12
Итого			715	26,15	24,48	82,81	660,61	32,07
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	178	5,44	4,72	9,00	100,68	2,67
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	5,98	6,96	38,05	238,55	0,02
Итого			248	11,42	11,68	47,05	339,23	2,69
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННОЙ	200	5,23	4,49	15,32	123,57	0,72
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,86	0,15	12,25	57,81	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,16	0,01	5,92	25,16	0,85
Итого			424	7,25	4,65	33,49	206,54	1,57
Всего				65,86	58,67	242,77	1 772,86	42,64

Повар _____ Алекса О.С.