

Утверждаю



Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

2 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								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,56	2,31	0,15	31,59	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,86	3,36	21,94	133,85	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,62	2,92	2,53	39,06	2,30
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	11	0,83	0,07	5,47	25,83	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,00	0,03	27,20	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	3,34	2,80	12,01	87,36	0,60
Итого			326	11,23	14,46	42,13	344,89	2,90
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,66	2,27	19,83	118,51	2,91
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/30	12,75	7,40	2,93	144,68	10,01
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,17	2,62	17,62	102,90	8,90
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,48	0,04	3,39	16,25	0,75
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,41	0,32	15,41	74,17	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	7,04	28,15	0,00
Итого			576	22,47	12,65	66,22	484,66	22,57
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	150	4,50	6,00	6,30	97,47	0,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	28	1,66	1,32	21,14	103,15	0,00
Итого			178	6,16	7,32	27,44	200,62	0,00
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ	150	4,52	3,42	15,19	110,30	0,54
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	11	0,83	0,07	5,47	25,83	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,00	7,29	29,82	0,20
Итого			341	5,47	3,49	27,95	165,95	0,74
Всего				45,33	37,92	163,74	1 196,12	26,21

Повар _____ Алекса О.С.



Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

2 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								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,11	4,62	0,30	63,19	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,60	4,01	26,14	159,52	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,94	4,40	3,81	58,88	3,46
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,05	0,09	6,93	32,69	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,90	0,03	26,34	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,02	3,35	14,18	103,85	0,72
Итого			419	15,74	19,37	51,39	444,47	4,18
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	5,96	3,16	25,36	154,06	3,80
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	75/40	17,48	9,70	4,06	194,57	13,74
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,48	0,50	19,60	93,06	17,82
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,72	0,06	5,60	26,45	1,14
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,98	0,40	19,11	91,92	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	8,87	35,43	0,00
Итого			740	29,62	13,82	82,60	595,49	36,50
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	200	6,00	7,99	8,39	129,91	0,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	40	2,11	1,68	26,83	130,94	0,00
Итого			240	8,11	9,67	35,22	260,85	0,00
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ	200	5,97	4,70	19,67	145,78	0,72
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,27	0,10	8,34	39,36	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,13	0,00	8,21	33,60	0,26
Итого			417	7,37	4,80	36,22	218,74	0,98
Всего				60,84	47,66	205,43	1 519,55	41,66

Повар _____ Алекса О.С.