

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

3 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	150	3,95	4,04	12,96	104,57	0,52
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,64	0,63	11,21	57,16	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,50	0,04	40,80	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,09	1,72	9,06	60,51	0,37
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	72	0,29	0,29	7,06	33,85	7,20
Итого			399	8,00	11,18	40,33	296,89	8,09
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,37	1,95	8,47	57,10	4,94
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	9,59	12,51	4,64	169,33	0,41
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,53	1,46	2,09	24,29	1,89
2012	415	КАША РИСОВАЯ	110	1,67	3,14	17,43	104,67	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	35	0,55	0,95	1,16	16,18	8,77
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	7,92	31,67	0,00
Итого			589	15,94	20,31	55,97	471,84	16,01
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	4,78	4,12	7,92	89,05	0,88
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	20	0,27	0,73	3,32	18,63	0,00
Итого			190	5,05	4,85	11,24	107,68	0,88
Ужин								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	140	2,53	4,72	13,93	109,46	7,11
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,94	0,16	12,77	60,28	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	9,02	36,49	0,02
Итого			345	4,58	4,88	35,72	206,23	7,13
Всего				33,57	41,22	143,26	1 082,64	32,11

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

3 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	180	4,71	4,63	15,43	123,03	0,62
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,91	0,74	13,12	66,88	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,45	0,04	40,35	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,52	2,07	11,21	73,94	0,44
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	72	0,29	0,29	7,04	33,75	7,18
Итого			463	9,46	12,18	46,84	337,95	8,24
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	180	1,57	1,86	9,68	62,08	5,87
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	15,20	19,64	7,04	265,49	0,66
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	60	0,60	1,89	2,45	30,18	2,21
2012	415	КАША РИСОВАЯ	130	1,99	2,91	20,87	117,63	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,83	1,50	3,85	33,50	13,17
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	9,55	38,19	0,00
Итого			732	23,00	28,17	71,46	633,75	21,91
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	50	0,66	1,75	7,97	44,78	0,00
Итого			250	0,66	1,75	7,97	44,78	0,00
Ужин								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	170	3,07	5,49	16,75	129,90	8,56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,73	0,22	17,96	84,76	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	9,78	39,59	0,02
Итого			406	5,92	5,71	44,49	254,25	8,58
Всего				39,04	47,81	170,76	1 270,73	38,73

Повар _____ Алекса О.С.