

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

5 мая 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	3,76	3,61	12,74	99,05	0,48
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,73	0,67	11,86	60,46	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,81	0,04	34,52	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,88	27,91	0,02
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	76	1,15	0,38	16,06	73,40	7,65
Итого			404	6,75	8,47	47,58	295,34	8,15
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,98	3,02	7,44	64,20	6,00
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	60	7,88	7,17	4,79	115,45	0,20
2012	415	КАША РИСОВАЯ	120	1,73	3,31	18,04	108,95	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	35	0,55	2,35	1,14	28,66	8,61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,29	0,10	8,49	40,08	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,14	0,28	13,70	65,90	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			564	15,57	16,23	63,28	461,94	14,81
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	3,85	3,32	6,38	71,76	0,71
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	3,94	1,84	24,08	128,37	0,00
Итого			200	7,79	5,16	30,46	200,13	0,71
Ужин								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	2,66	5,02	16,50	123,12	12,43
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,00	0,08	6,56	30,97	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	18,26	77,73	3,62
Итого			343	4,56	5,28	41,32	231,82	16,05
Всего				34,67	35,14	182,64	1 189,23	39,72

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

5 мая 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	4,47	4,22	15,10	116,90	0,57
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,02	0,78	13,82	70,43	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,81	0,04	34,56	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,09	0,00	8,73	35,25	0,02
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	77	1,15	0,38	16,09	73,56	7,66
Итого			469	7,75	9,19	53,78	330,70	8,25
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	2,64	4,02	9,92	85,60	8,00
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	80	9,92	8,10	4,84	132,11	0,21
2012	415	КАША РИСОВАЯ	150	2,11	2,97	22,05	123,28	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,82	3,06	3,77	47,13	12,97
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,29	0,10	8,49	40,08	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	2,69	0,36	17,23	82,90	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,48	37,87	0,00
Итого			718	19,47	18,61	75,78	548,97	21,18
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,39	3,79	7,28	81,84	0,81
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	5,14	1,61	33,95	170,56	0,00
Итого			250	9,53	5,40	41,23	252,40	0,81
Ужин								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	3,25	6,29	19,98	151,17	15,07
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,29	0,10	8,49	40,08	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			397	5,54	6,59	48,27	277,25	19,07
Всего				42,29	39,79	219,06	1 409,32	49,31

Повар _____ Алекса О.С.