

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30
/Юрченко Наталья Васильевна/



МЕНЮ
6 февраля 2025 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	150	4,33	3,91	12,28	102,17	0,55
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,09	0,03	28,05	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,89	2,42	9,28	71,30	0,48
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	85	1,27	0,42	17,82	81,48	8,49
Итого			415	10,39	10,57	52,26	348,50	9,52
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,36	2,61	8,40	62,69	4,92
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	9,06	14,23	6,39	189,72	0,40
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	45	0,53	1,00	2,11	20,31	1,90
2012	415	КАША РИСОВАЯ	110	1,61	3,22	16,86	102,96	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,63	2,54	1,29	31,46	9,86
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,34	0,11	8,78	41,44	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"	150	0,00	0,00	7,27	29,03	0,00
Итого			615	17,34	24,08	69,12	564,29	17,08
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	20	1,18	0,94	15,00	73,20	0,00
Итого			200	6,24	5,31	23,38	167,48	0,94
Ужин								
2012	167	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ С ФРУКТАМИ	150	4,81	6,24	35,98	220,05	1,36
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,05	0,09	6,90	32,56	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	7,47	30,23	0,02
Итого			344	5,96	6,33	50,35	282,84	1,38
Всего				39,93	46,29	195,11	1 363,11	28,92

Повар _____ Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30
Юрченко Наталья Васильевна



МЕНЮ
6 февраля 2025 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		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	180	5,18	4,74	14,02	120,28	0,66
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,26	0,87	15,48	78,91	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,48	0,03	31,54	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,34	2,83	11,06	83,98	0,57
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	85	1,27	0,42	17,76	81,20	8,46
Итого			480	12,07	12,34	58,35	395,91	9,69
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,76	3,85	10,75	84,98	6,55
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	12,10	17,88	8,26	242,47	0,54
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0,57	1,54	2,35	26,37	2,10
2012	415	КАША РИСОВАЯ	130	1,88	2,48	19,78	109,01	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	55	0,93	2,83	3,71	45,46	14,84
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,71	0,14	11,25	53,07	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	54	3,56	0,47	22,78	109,60	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	8,52	34,04	0,00
Итого			771	22,51	29,19	87,40	705,00	24,03
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,10	5,30	10,10	113,00	3,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,00
Итого			250	9,05	7,65	47,60	296,00	3,00
Ужин								
2012	167	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ С ФРУКТАМИ	180	5,84	6,79	43,49	259,66	1,65
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,34	0,11	8,78	41,44	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,11	0,00	8,74	35,37	0,02
Итого			398	7,29	6,90	61,01	336,47	1,67
Всего				50,92	56,08	254,36	1 733,38	38,39

Повар _____ Алекса О.С. / Дерновая Н.В.