



Заведующий
МБ ДОУ № 30
/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
7 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	3,26	4,82	15,43	118,57	0,37
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,82	0,70	12,48	63,63	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,54	0,03	32,06	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,14	7,40	45,83	0,24
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	52	0,77	0,26	10,82	49,44	5,15
Итого			381	7,27	10,46	46,16	309,53	5,76
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,06	2,41	5,19	47,11	7,09
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,03	9,29	5,34	137,03	0,00
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	4,38	3,61	25,61	152,26	0,00
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	35	0,54	1,45	2,99	27,28	1,43
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12	0,93	0,08	6,09	28,76	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,08	0,28	13,32	64,10	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	6,22	24,87	0,00
Итого			537	17,02	17,12	64,76	481,41	8,52
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	140	4,24	5,66	5,94	91,94	0,00
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	3,89	5,49	24,70	160,05	0,00
Итого			190	8,13	11,15	30,64	251,99	0,00
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	115/30	15,82	14,14	32,81	324,53	0,45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12	0,93	0,08	6,09	28,76	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,00	6,49	26,90	0,50
Итого			337	16,87	14,22	45,39	380,19	0,95
Всего				49,29	52,95	186,95	1 423,12	15,23

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

7 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	3,85	6,09	18,39	144,39	0,44
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,19	0,85	15,04	76,66	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,66	0,04	33,23	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,70	1,37	8,58	53,86	0,30
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	52	0,77	0,26	10,83	49,53	5,16
Итого			446	8,53	12,23	52,88	357,67	5,90
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,74	3,99	8,25	76,90	10,64
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	10,63	12,01	7,01	178,50	0,00
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,70	4,70	33,30	198,00	0,00
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	55	0,80	2,37	4,39	42,29	2,12
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,25	0,10	8,24	38,89	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,58	0,34	16,54	79,57	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,64	30,57	0,00
Итого			696	22,70	23,51	85,37	644,72	12,76
Полдник								
2008	435	КЕФИР	170	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	3,89	5,49	24,70	160,05	0,00
Итого			220	9,89	5,69	32,70	222,05	2,00
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150/30	20,19	17,15	37,13	387,37	0,53
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,25	0,10	8,24	38,89	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,14	0,00	7,25	30,06	0,53
Итого			396	21,58	17,25	52,62	456,32	1,06
Всего				62,70	58,68	223,57	1 680,76	21,72

Повар _____ Алекса О.С.