

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

7 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								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	3,84	5,77	16,00	131,58	0,26
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,63	0,63	11,14	56,77	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,44	0,03	31,17	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,45	1,17	7,53	46,73	0,25
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,27	44,47	9,46
Итого			422	7,32	11,39	43,97	310,72	9,97
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,34	3,47	9,91	76,46	3,93
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,45	9,38	4,57	136,23	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	105	2,10	3,96	14,99	104,25	7,38
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	40	0,53	2,47	2,54	34,59	1,33
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,02	0,08	6,69	31,58	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,15	0,29	13,78	66,29	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	6,45	25,80	0,00
Итого			550	15,59	19,65	58,93	475,20	12,64
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	2,84	2,45	4,71	52,98	0,52
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	25	3,99	5,63	25,32	164,09	0,00
Итого			175	6,83	8,08	30,03	217,07	0,52
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	115/30	15,46	14,70	34,54	334,91	0,45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,02	0,08	6,69	31,58	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	7,46	30,22	0,02
Итого			338	16,58	14,78	48,69	396,71	0,47
Всего				46,32	53,90	181,62	1 399,70	23,60

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна

МЕНЮ
7 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								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,58	7,03	19,06	158,19	0,32
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,93	0,75	13,26	67,57	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,82	0,04	34,62	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,72	1,40	8,68	54,57	0,30
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,27	44,46	9,46
Итого			486	8,63	13,38	50,31	359,41	10,08
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,73	4,17	12,71	95,83	5,24
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	11,32	12,56	6,19	182,98	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,47	4,01	17,73	117,20	8,72
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	60	0,79	3,54	3,78	50,22	1,97
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,32	0,11	8,66	40,88	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	17,00	81,80	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,85	31,36	0,00
Итого			697	20,28	24,74	73,92	600,27	15,93
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	3,90	3,39	6,46	72,32	1,92
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	3,99	5,63	25,32	164,09	0,00
Итого			230	7,89	9,02	31,78	236,41	1,92
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	135/30	18,46	16,42	38,35	378,37	0,50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,32	0,11	8,66	40,88	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,11	0,00	8,08	32,73	0,02
Итого			382	19,89	16,53	55,09	451,98	0,52
Всего				56,69	63,67	211,10	1 648,07	28,45

Повар

Алекса О.С.