



Заведующий
МБ ДОУ № 30
/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

8 апреля 2025 г.

Если 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 ГРЕЧНЕВОЙ	150	4,48	4,01	13,52	108,74	0,52
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,55	0,60	10,65	54,27	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,10	0,00	8,54	35,17	0,58
08		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	63	0,25	0,25	6,16	29,55	6,29
Итого			388	6,41	8,99	38,91	265,13	7,39
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,08	3,12	10,91	85,13	3,70
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	55	7,70	7,25	1,12	100,44	0,00
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	105	3,89	0,46	24,91	119,44	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	24	0,19	0,02	0,40	3,06	1,18
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	10,37	41,46	0,00
Итого			519	17,18	11,16	62,55	420,92	4,88
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,04	3,48	6,68	75,20	0,75
08	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,69	3,07	27,88	155,78	0,00
Итого			200	7,73	6,55	34,56	230,98	0,75
Ужин								
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	30	2,83	5,65	0,69	65,06	0,84
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,16	4,44	17,45	118,55	8,81
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	32	0,96	0,06	2,02	12,44	1,28
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	30	2,25	0,60	14,46	73,80	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,89	0,18	17,89	76,17	3,54
Итого			382	9,09	10,93	52,51	346,02	14,47
Всего				40,41	37,63	188,53	1 263,05	27,49

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

8 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 ГРЕЧНЕВОЙ	180	5,29	4,84	15,57	127,76	0,63
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,91	65,81	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,11	0,00	10,31	42,31	0,62
208		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	63	0,25	0,25	6,16	29,55	6,29
Итого			453	7,56	9,95	44,99	302,83	7,54
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,02	4,40	14,31	114,18	4,88
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	10,47	10,06	1,93	140,08	0,01
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	125	4,55	3,97	25,87	157,86	0,00
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	39	0,31	0,04	0,66	5,06	1,95
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,92	0,39	18,72	90,08	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	12,33	49,30	0,00
Итого			658	22,27	18,86	73,82	556,56	6,84
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,84	4,17	8,01	90,17	0,90
208	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	80	5,53	4,61	41,79	233,54	0,00
Итого			260	10,37	8,78	49,80	323,71	0,90
Ужин								
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	35	3,45	6,67	0,80	77,19	0,98
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,57	3,85	20,85	128,55	10,53
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	40	1,20	0,08	2,52	15,50	1,60
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	43	3,20	0,85	20,54	104,84	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,98	0,20	19,86	84,57	3,93
Итого			448	11,40	11,65	64,57	410,65	17,04
Всего				51,60	49,24	233,18	1 593,75	32,32

Повар _____ Алекса О.С.