

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

8 июля 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	4,94	11,03	28,89	235,32	0,57
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,53	2,18	19,08	110,67	0,47
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	50	0,84	0,28	11,76	53,76	5,60
Итого			375	10,86	22,32	70,09	526,95	6,64
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,07	8,12	5,03	97,94	7,49
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,84	16,95	4,99	207,70	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,47	8,86	16,19	154,74	7,78
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,47	9,77	1,83	97,49	2,98
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	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			560	16,37	44,08	60,48	705,12	18,25
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,48	3,86	7,41	83,38	0,83
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	20	1,18	0,94	15,00	73,20	0,00
Итого			200	5,66	4,80	22,41	156,58	0,83
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	130/30	22,29	32,10	54,07	597,54	0,61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,24	0,01	10,26	43,09	1,00
Итого			360	24,06	32,23	74,37	687,99	1,61
Всего				56,95	103,43	227,35	2 076,64	27,33

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

8 июля 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	5,31	7,63	20,23	171,76	0,70
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,35	0,52	9,24	47,10	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,52	0,03	31,94	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,64	2,19	10,05	71,08	0,47
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	60	0,82	0,27	11,43	52,25	5,44
Итого			450	10,14	14,13	50,98	374,13	6,61
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,54	3,97	7,26	71,74	10,47
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	10,43	11,81	4,32	165,16	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,72	3,97	18,49	120,88	8,98
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,57	3,47	2,17	42,93	4,05
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,27	0,10	8,34	39,38	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,66	0,35	17,00	81,81	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,28	29,13	0,00
Итого			702	19,19	23,67	64,86	551,03	23,50
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	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	160/30	21,06	17,79	35,90	391,87	0,60
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,27	0,10	8,34	39,38	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,15	0,00	7,29	30,46	0,66
Итого			410	22,48	17,89	51,53	461,71	1,26
Всего				60,86	63,34	214,97	1 682,87	34,37

Повар _____ Алекса О.С.