

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
10 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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	3,86	6,43	17,10	142,29	0,46
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,78	0,69	12,21	62,23	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,78	1,43	8,23	53,23	0,30
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	99	0,40	0,40	9,70	46,54	9,90
Итого			428	7,85	13,08	47,28	341,69	10,66
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,68	2,46	4,56	48,00	13,20
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	50	8,54	9,11	0,49	117,94	0,00
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,73	0,45	23,94	114,75	0,00
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,64	1,28	3,21	27,17	1,58
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	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			530	17,24	13,65	56,43	418,47	14,78
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,01	3,45	6,63	74,64	0,74
	К/К	ЗЕФИР	20	0,16	0,02	15,96	65,20	0,00
Итого			170	4,17	3,47	22,59	139,84	0,74
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	120/30	17,22	14,38	34,08	337,75	0,51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,24	0,10	8,15	38,48	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,13	0,00	6,36	26,63	0,62
Итого			346	18,59	14,48	48,59	402,86	1,13
Всего				47,85	44,68	174,89	1 302,86	27,31

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю



Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

10 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	4,58	7,16	20,13	163,94	0,56
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,15	0,83	14,75	75,20	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	4,07	0,04	36,91	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,12	1,73	9,46	62,30	0,37
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	98	0,39	0,39	9,63	46,21	9,83
Итого			492	9,26	14,18	54,01	384,56	10,76
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,69	4,06	8,02	76,38	10,68
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	70	11,90	12,70	0,68	164,36	0,00
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,46	0,52	28,60	137,10	0,00
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,00	2,51	4,81	45,95	2,38
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,34	0,44	21,36	102,78	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,80	31,17	0,00
Итого			680	22,39	20,23	71,27	557,74	13,06
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,82	4,19	7,98	89,27	2,37
	К/К	ЗЕФИР	50	0,40	0,05	39,80	162,58	0,00
Итого			230	5,22	4,24	47,78	251,85	2,37
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	155/30	21,97	18,90	39,95	421,85	0,59
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,65	0,13	10,88	51,36	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,15	0,00	7,38	30,74	0,58
Итого			407	23,77	19,03	58,21	503,95	1,17
Всего				60,64	57,68	231,27	1 698,10	27,36

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