

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

10 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,58	5,87	20,91	155,37	0,40
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,55	0,60	10,65	54,27	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,54	0,03	32,06	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,11	0,00	9,93	40,58	0,43
38		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	62	0,25	0,25	6,10	29,26	6,22
Итого			387	6,51	10,26	47,62	311,54	7,05
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,60	3,17	15,35	100,35	2,76
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	140	14,31	15,86	23,10	292,31	0,95
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,23	0,03	0,49	3,71	1,43
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	11,76	46,99	0,00
Итого			505	19,46	19,37	65,54	514,75	5,14
Полдник								
2008	435	КЕФИР	130	3,88	3,35	5,36	70,96	0,94
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	18	1,05	0,84	13,39	65,36	0,00
Итого			148	4,93	4,19	18,75	136,32	0,94
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,56	2,31	0,15	31,59	0,00
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,51	10,33	15,01	163,91	10,17
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,64	0,13	10,75	50,75	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,88	0,18	17,68	75,25	3,50
Итого			350	7,59	12,95	43,59	321,50	13,67
Всего				38,49	46,77	175,50	1 284,11	26,80

Повар _____ Алекса О.С.

Заведующий
МБ ДОУ № 30
/Юрченко Наталья Васильевна/

Сад 12 часов



Повар	Алекса О.С.
-------	-------------

Алекса О.С.