

Утверждаю



Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

14 апреля 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ОВСЯНОЙ)	150	4,53	4,63	14,01	116,50	0,52
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	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	0,11	0,00	6,71	27,79	0,50
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	64	0,96	0,32	13,48	61,60	6,42
Итого			394	7,51	9,81	47,09	308,79	7,44
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,29	2,66	9,92	68,81	3,83
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	145	14,76	17,26	9,38	253,24	16,25
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,40	0,11	9,20	43,42	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,43	0,32	15,54	74,79	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			500	19,88	20,35	51,31	469,29	20,08
Полдник								
2008	435	КЕФИР	150	4,37	3,76	6,02	79,80	1,05
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	20	1,18	0,94	15,00	73,20	0,00
Итого			170	5,55	4,70	21,02	153,00	1,05
Ужин								
2012	167	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ С ФРУКТАМИ	150	3,98	6,35	29,69	192,19	0,85
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,08	0,09	7,11	33,55	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,17	2,69	11,46	83,58	0,55
Итого			344	8,23	9,13	48,26	309,32	1,40
Всего				41,17	43,99	167,68	1 240,40	29,97

Повар _____ Алекса О.С.



Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30
/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
14 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 (ОВСЯНОЙ)	180	5,34	5,37	16,30	135,70	0,63
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,29	0,88	15,67	79,88	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	7,47	30,86	0,54
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	64	0,96	0,32	13,45	61,46	6,40
Итого			459	8,73	10,70	52,93	345,30	7,57
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,71	3,37	13,15	90,01	5,12
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	165	15,67	17,65	4,60	240,35	2,94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,78	0,14	11,69	55,16	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	3,04	0,40	19,44	93,52	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	8,74	34,93	0,00
Итого			614	22,20	21,56	57,62	513,97	8,06
Полдник								
2008	435	КЕФИР	170	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,00
Итого			220	8,95	2,55	45,50	245,00	2,00
Ужин								
2012	167	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ С ФРУКТАМИ	200	5,37	7,79	39,93	252,13	1,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,78	0,14	11,69	55,16	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,56	3,00	12,42	91,83	0,61
Итого			423	10,71	10,93	64,04	399,12	1,77
Всего				50,59	45,74	220,09	1 503,39	19,40

Повар _____ Алекса О.С.