

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
17 марта 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ОВСЯНОЙ)	150	4,57	4,46	14,69	117,80	0,53
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,71	0,66	11,75	59,87	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,71	0,05	42,71	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,14	0,00	5,86	24,62	0,57
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	55	0,83	0,28	11,55	52,80	5,50
<b>Итого</b>			<b>383</b>	<b>7,28</b>	<b>10,11</b>	<b>43,90</b>	<b>297,80</b>	<b>6,60</b>
<b>Обед</b>								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,34	1,62	9,90	59,80	4,08
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	155	15,41	16,33	12,73	261,63	18,79
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,55	0,34	16,35	78,67	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	6,92	27,65	0,00
<b>Итого</b>			<b>514</b>	<b>20,83</b>	<b>18,41</b>	<b>55,94</b>	<b>475,11</b>	<b>22,87</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	150	4,56	3,93	6,29	83,39	1,10
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	20	1,10	0,87	13,93	67,97	0,00
<b>Итого</b>			<b>170</b>	<b>5,66</b>	<b>4,80</b>	<b>20,22</b>	<b>151,36</b>	<b>1,10</b>
<b>Ужин</b>								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	140/30	13,68	12,09	41,00	329,68	0,36
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,20	0,10	7,88	37,20	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,32	2,76	10,60	81,51	0,55
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>18,20</b>	<b>14,95</b>	<b>59,48</b>	<b>448,39</b>	<b>0,91</b>
<b>Всего</b>				<b>51,97</b>	<b>48,27</b>	<b>179,54</b>	<b>1 372,66</b>	<b>31,48</b>

Повар \_\_\_\_\_ Алекса О.С.



Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
17 марта 2025 г.

**Сад 12 часов**



Сбор-ник эп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ОВСЯНОЙ)	180	5,45	5,52	16,83	139,57	0,63
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,05	0,79	14,04	71,57	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,43	0,04	40,14	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,00	7,47	30,97	0,56
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	55	0,83	0,28	11,56	52,86	5,51
<b>Итого</b>			<b>447</b>	<b>8,48</b>	<b>11,02</b>	<b>49,94</b>	<b>335,11</b>	<b>6,70</b>
<b>Обед</b>								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,84	3,03	13,48	88,95	5,34
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	180	16,33	16,88	7,54	248,99	5,93
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,84	0,15	12,12	57,18	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	3,17	0,42	20,32	97,75	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	8,74	34,93	0,00
<b>Итого</b>			<b>632</b>	<b>23,18</b>	<b>20,48</b>	<b>62,20</b>	<b>527,80</b>	<b>11,27</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	180	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	47	2,78	2,22	35,40	172,73	0,00
к/к	к/к		<b>227</b>	<b>8,78</b>	<b>2,42</b>	<b>43,40</b>	<b>234,73</b>	<b>2,00</b>
<b>Ужин</b>								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	170/30	16,17	15,01	46,92	389,96	0,37
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,84	0,15	12,12	57,18	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,57	3,01	12,31	91,49	0,61
<b>Итого</b>			<b>424</b>	<b>21,58</b>	<b>18,17</b>	<b>71,35</b>	<b>538,63</b>	<b>0,98</b>
<b>Итого</b>				<b>62,02</b>	<b>52,09</b>	<b>226,89</b>	<b>1 636,27</b>	<b>20,95</b>

Повар \_\_\_\_\_ Алекса О.С.