

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

18 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								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,49	6,07	21,16	156,90	0,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,69	0,65	11,57	58,95	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,20	1,82	8,77	60,70	0,39
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	53	0,80	0,27	11,15	50,96	5,31
Итого			380	9,21	12,94	52,69	364,91	6,10
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,68	2,46	4,56	48,00	13,20
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	140	16,47	12,60	25,48	281,52	10,12
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	35	0,61	0,85	2,48	20,03	1,27
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	6,45	25,80	0,00
Итого			513	21,24	16,24	54,87	451,84	24,59
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	180	5,32	4,59	8,80	99,00	0,98
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	20	5,00	13,33	60,83	341,67	0,00
Итого			200	10,32	17,92	69,63	440,67	0,98
Ужин								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	110/30	16,01	15,07	34,03	338,57	0,51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,13	0,00	6,74	27,99	0,50
Итого			345	18,05	15,23	53,32	425,77	1,01
Всего				58,82	62,33	230,51	1 683,19	32,68

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

18 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								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,33	7,48	24,98	188,18	0,47
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,00	0,77	13,69	69,76	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,65	2,18	10,20	71,63	0,47
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	53	0,80	0,27	11,19	51,15	5,33
Итого			445	10,81	14,83	60,10	418,12	6,27
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,52	2,83	7,33	61,60	10,02
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	165	19,76	15,12	30,58	337,82	12,14
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,91	1,64	3,67	32,99	1,88
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	3,10	0,41	19,87	95,61	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
Итого			642	25,29	20,00	69,19	558,98	24,04
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,10	5,30	10,10	113,00	3,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	50	1,22	0,98	15,56	75,95	0,00
Итого			250	7,32	6,28	25,66	188,95	3,00
Ужин								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	130/30	18,30	17,50	36,16	378,75	0,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,58	0,21	16,94	79,93	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,14	0,00	7,46	30,96	0,55
Итого			394	21,02	17,71	60,56	489,64	1,10
Всего				64,44	58,82	215,51	1 655,69	34,41

Повар _____ Алекса О.С.