

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
20 марта 2025 г.

**Ясли 12 часов**



Код бор-тук	№ 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 ЯЧНЕВОЙ	150	4,33	3,66	15,40	112,62	0,53
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,16	0,83	14,78	75,33	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,82	2,36	7,95	65,15	0,47
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	70	0,29	0,29	7,22	34,65	7,37
<b>Итого</b>			<b>404</b>	<b>9,63</b>	<b>11,27</b>	<b>45,39</b>	<b>325,15</b>	<b>8,37</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,32	2,60	8,08	61,14	4,76
	25	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	50	11,04	16,06	3,67	203,75	2,35
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,26	5,08	28,44	184,53	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,54	1,37	32,06	10,64
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,73	0,36	17,49	84,13	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	7,27	29,03	0,00
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>22,02</b>	<b>26,64</b>	<b>66,32</b>	<b>594,64</b>	<b>17,75</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	150	4,52	3,90	6,23	82,60	1,09
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	4,28	2,71	22,38	130,71	0,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>8,80</b>	<b>6,61</b>	<b>28,61</b>	<b>213,31</b>	<b>1,09</b>
<b>Ужин</b>								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	160	2,72	4,77	17,48	124,99	12,56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,77	0,22	18,19	85,85	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	7,47	30,23	0,02
<b>Итого</b>			<b>376</b>	<b>5,59</b>	<b>4,99</b>	<b>43,14</b>	<b>241,07</b>	<b>12,58</b>
<b>Всего</b>				<b>46,04</b>	<b>49,51</b>	<b>183,46</b>	<b>1 374,17</b>	<b>39,79</b>

Повар \_\_\_\_\_ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
20 марта 2025 г.

**Сад 12 часов**



Сбор-ник	№ 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 ЯЧНЕВОЙ	180	5,21	4,57	17,91	134,31	0,64
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,54	0,98	17,38	88,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,30	2,77	10,45	80,81	0,56
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	70	0,29	0,29	7,19	34,46	7,33
<b>Итого</b>			<b>469</b>	<b>11,37</b>	<b>12,74</b>	<b>52,97</b>	<b>375,58</b>	<b>8,53</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,80	4,04	10,92	87,65	6,43
	25	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	70	13,63	19,27	4,20	245,32	2,79
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,01	3,08	3,75	48,33	16,06
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,37	0,45	21,59	103,86	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,64	30,56	0,00
<b>Итого</b>			<b>690</b>	<b>27,21</b>	<b>32,84</b>	<b>81,70</b>	<b>733,72</b>	<b>25,28</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	180	5,42	4,68	7,48	99,12	1,31
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	4,95	1,55	32,54	163,68	0,00
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>10,37</b>	<b>6,23</b>	<b>40,02</b>	<b>262,80</b>	<b>1,31</b>
<b>Ужин</b>								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	200	3,27	6,33	20,23	152,65	15,15
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,93	0,32	25,82	121,84	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,88	32,02	0,02
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>7,32</b>	<b>6,65</b>	<b>53,93</b>	<b>306,51</b>	<b>15,17</b>
<b>Всего</b>				<b>56,27</b>	<b>58,46</b>	<b>228,62</b>	<b>1 678,61</b>	<b>50,29</b>

Повар \_\_\_\_\_ Алекса О.С.