

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

22 января 2025 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ	150	3,16	3,61	11,41	91,23	0,35
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,85	0,71	12,65	64,49	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,04	6,35	0,06	57,54	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,33	2,97	0,00	36,62	0,07
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,42	1,15	7,08	44,75	0,25
Итого			340	8,80	14,79	31,20	294,63	0,67
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,39	1,67	8,50	54,76	4,83
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	50	9,97	10,63	0,57	137,66	0,00
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	40	0,41	1,84	1,65	25,37	1,45
2012	415	КАША РИСОВАЯ	110	1,63	4,54	16,94	115,11	0,00
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	40	0,60	1,53	2,68	27,02	1,40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,35	0,11	8,88	41,90	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,34	0,31	15,00	72,17	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	8,20	32,75	0,00
Итого			593	17,69	20,63	62,42	506,74	7,68
Полдник								
2008	435	КЕФИР	140	4,10	3,53	5,65	74,84	0,99
	К/К	ЗЕФИР	20	0,16	0,02	15,96	65,20	0,00
Итого			160	4,26	3,55	21,61	140,04	0,99
Ужин								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	120	20,01	13,80	25,95	311,72	0,41
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,06	0,09	6,95	32,79	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,93	35,73	0,00
Итого			314	21,07	13,89	41,83	380,24	0,41
Всего				51,82	52,86	157,06	1 321,65	9,75

Повар _____ Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

22 января 2025 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ	180	3,75	4,12	13,59	107,00	0,41
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,18	0,84	14,95	76,22	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	5,67	0,05	51,37	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,47	4,41	0,00	54,45	0,10
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,69	1,38	10,08	59,81	0,30
Итого			409	11,12	16,42	38,67	348,85	0,81
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,85	2,58	11,39	76,59	6,41
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	70	13,96	14,89	0,80	192,77	0,00
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,74	3,27	3,88	48,46	1,74
2012	415	КАША РИСОВАЯ	130	1,91	3,82	20,05	122,27	0,00
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	60	0,89	2,23	4,02	39,93	2,12
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,03	0,16	13,33	62,91	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,90	0,39	18,58	89,41	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,97	39,87	0,00
Итого			761	24,28	27,34	82,02	672,21	10,27
Полдник								
2008	435	КЕФИР	160	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			210	8,95	2,55	45,50	245,00	2,00
Ужин								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	140	23,62	16,34	30,32	367,18	0,49
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,35	0,11	8,88	41,90	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,97	39,87	0,00
Итого			358	24,97	16,45	49,17	448,95	0,49
Всего				69,32	62,76	215,36	1 715,01	13,57

Повар _____ Алекса О.С. / Дерновая Н.В.