



Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

24 февраля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	4,43	6,81	19,74	158,66	0,54
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
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,08	1,66	8,88	59,26	0,36
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	78	1,17	0,39	16,41	75,04	7,82
Итого			408	9,59	13,72	57,92	395,86	8,72
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,16	2,80	5,61	52,56	7,35
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,74	10,35	5,82	151,14	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,28	3,41	15,63	102,41	7,62
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,57	1,69	3,00	29,53	1,45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,27	0,10	8,36	39,47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	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			567	16,67	18,70	61,83	482,49	16,42
Полдник								
2008	435	КЕФИР	140	4,15	3,58	5,73	75,93	1,00
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,12	5,82	26,19	169,75	0,00
Итого			190	8,27	9,40	31,92	245,68	1,00
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	120/30	16,00	15,28	33,62	338,67	0,50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,27	0,10	8,36	39,47	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,14	0,00	6,77	28,32	0,66
Итого			347	17,41	15,38	48,75	406,46	1,16
Всего				51,94	57,20	200,42	1 530,49	27,30

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

Утверждаю



Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
24 февраля 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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	4,98	6,82	20,39	163,66	0,64
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,28	0,88	15,65	79,79	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,46	2,00	9,96	68,19	0,43
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	78	1,17	0,39	16,33	74,63	7,77
Итого			473	10,92	14,22	62,37	423,67	8,84
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,83	4,00	8,62	78,68	10,98
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	11,63	12,73	7,32	190,15	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,68	4,03	18,48	121,14	9,00
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	55	0,89	2,45	4,52	43,80	2,20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,62	0,13	10,64	50,23	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	51	3,37	0,45	21,58	103,83	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,62	30,49	0,00
Итого			717	22,02	23,79	78,78	618,32	22,18
Полдник								
2008	435	КЕФИР	190	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,12	5,82	26,19	169,75	0,00
Итого			240	10,12	6,02	34,19	231,75	2,00
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150/30	20,04	17,49	37,37	390,59	0,58
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,62	0,13	10,64	50,23	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,15	0,00	7,40	30,88	0,69
Итого			401	21,81	17,62	55,41	471,70	1,27
Всего				64,87	61,65	230,75	1 745,44	34,29

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