

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

24 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,53	6,01	20,90	156,32	0,39
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,64	0,63	11,21	57,16	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,75	0,04	34,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,07	0,00	9,87	40,25	0,45
го			327	6,26	10,39	42,02	287,73	0,84
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,45	2,01	11,05	68,14	3,74
2012	252	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	55	7,37	5,25	2,82	88,43	0,10
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	4,38	3,61	25,61	152,26	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	32	0,25	0,03	0,54	4,14	1,59
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,35	0,31	15,03	72,31	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	11,44	45,74	0,00
Итого			522	15,80	11,21	66,49	431,02	5,43
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,91	4,23	8,13	91,42	0,91
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	20	0,38	0,30	4,77	23,29	0,00
Итого			200	5,29	4,53	12,90	114,71	0,91
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,56	2,31	0,15	31,59	0,00
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	1,79	10,60	11,68	150,15	7,03
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,71	0,22	17,79	83,96	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,89	0,18	18,00	76,62	3,56
Итого			355	7,95	13,31	47,62	342,32	10,59
Всего				35,30	39,44	169,03	1 175,78	17,77

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю



Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

24 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,42	5,70	25,45	175,44	0,46
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,91	65,80	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,26	0,03	29,57	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,00	11,17	45,72	0,52
го			390	7,44	9,69	49,56	316,53	0,98
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	1,93	2,24	14,81	87,34	4,97
2012	252	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	10,00	7,26	3,07	118,12	0,12
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,70	4,70	33,30	198,00	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	42	0,34	0,04	0,72	5,52	2,12
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,93	0,39	18,78	90,36	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	13,28	53,11	0,00
Итого			676	20,90	14,63	83,96	552,45	7,21
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,46	4,70	9,04	101,71	1,01
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	50	0,90	0,72	11,42	55,75	0,00
Итого			250	6,36	5,42	20,46	157,46	1,01
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,11	4,62	0,30	63,19	0,00
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,46	13,56	15,45	194,93	9,13
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,38	0,27	22,23	104,92	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,99	0,20	20,01	85,20	3,96
Итого			434	11,94	18,65	57,99	448,24	13,09
Всего				46,64	48,39	211,97	1 474,68	22,29

Повар _____ Алекса О.С.