



Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

25 февраля 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 МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,63	6,06	18,63	148,09	0,38
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,59	0,62	10,92	55,68	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,09	0,03	28,05	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,11	0,00	7,54	31,18	0,63
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	74	0,29	0,29	7,22	34,65	7,37
Итого			399	6,64	10,06	44,34	297,65	8,38
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,31	2,81	11,33	84,86	3,74
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	55	8,22	7,83	1,00	107,22	0,01
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,60	0,43	23,08	110,66	0,00
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,62	2,47	4,22	41,85	5,93
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	9,68	38,70	0,00
Итого			543	18,23	13,87	65,21	459,78	9,68
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,98	3,42	6,58	73,99	0,74
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	55	4,02	3,35	30,41	169,93	0,00
Итого			205	8,00	6,77	36,99	243,92	0,74
Ужин								
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	40	4,27	5,84	0,69	72,51	0,84
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	105	2,11	3,42	16,99	107,31	8,58
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	35	1,05	0,07	2,20	13,56	1,40
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	32	2,44	0,65	15,67	79,95	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,86	0,17	17,42	74,18	3,45
Итого			392	10,73	10,15	52,97	347,51	14,27
Всего				43,60	40,85	199,51	1 348,86	33,07

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

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

25 февраля 2025 г.

Сад 12 часов



Бор- ник инде- кс	№ 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 МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5,60	7,87	22,22	182,72	0,46
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,93	0,75	13,25	67,53	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,49	0,03	31,60	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,13	0,00	9,05	37,40	0,63
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	74	0,29	0,29	7,20	34,55	7,35
Итого			465	7,97	12,40	51,75	353,80	8,44
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,15	3,76	14,52	109,88	4,89
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	75	11,01	10,80	2,01	149,30	0,01
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,17	3,64	23,69	144,57	0,00
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,90	2,51	4,81	46,03	8,72
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	3,08	0,41	19,70	94,80	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	10,77	43,07	0,00
Итого			691	23,31	21,12	75,50	587,65	13,62
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,74	4,08	7,85	88,31	0,88
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	80	5,70	4,75	43,08	240,77	0,00
Итого			260	10,44	8,83	50,93	329,08	0,88
Ужин								
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	50	5,23	6,65	0,82	84,25	0,99
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,51	3,30	20,37	121,62	10,29
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	44	1,31	0,09	2,75	16,95	1,75
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	46	3,42	0,91	22,00	112,26	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,96	0,19	19,37	82,49	3,84
Итого			470	13,43	11,14	65,31	417,57	16,87
Всего				55,15	53,49	243,49	1 688,10	39,81

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