

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
26 февраля 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100/30	15,00	11,93	25,64	272,43	0,42
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,58	0,61	10,85	55,31	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,58	0,04	41,56	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,82	2,37	8,66	68,03	0,47
<b>Итого</b>			<b>305</b>	<b>19,43</b>	<b>19,49</b>	<b>45,19</b>	<b>437,33</b>	<b>0,89</b>
<b>Обед</b>								
2012	56	БОРЩ	150	1,03	3,29	5,70	57,03	5,19
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	8,14	4,77	3,07	88,31	1,19
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	1,80	3,30	11,80	84,29	5,68
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	2,19	3,22	34,75	1,51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,19	0,10	7,81	36,84	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,13	0,28	13,66	65,72	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	6,45	25,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>568</b>	<b>14,84</b>	<b>13,93</b>	<b>51,71</b>	<b>392,74</b>	<b>13,57</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	130	3,73	3,22	5,15	68,26	0,90
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	8,50	12,00	54,00	350,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>12,23</b>	<b>15,22</b>	<b>59,15</b>	<b>418,26</b>	<b>0,90</b>
<b>Ужин</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,42	2,94	13,02	93,00	0,60
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12	0,93	0,08	6,13	28,94	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,00	6,73	27,97	0,56
<b>Итого</b>			<b>342</b>	<b>4,47</b>	<b>3,02</b>	<b>25,88</b>	<b>149,91</b>	<b>1,16</b>
<b>Всего</b>				<b>50,97</b>	<b>51,66</b>	<b>181,93</b>	<b>1 398,24</b>	<b>16,52</b>

Повар \_\_\_\_\_ Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

# МЕНЮ

26 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	115/30	21,29	14,69	28,39	334,67	0,48
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,89	0,73	12,92	65,86	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,36	2,83	10,58	82,17	0,57
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>26,57</b>	<b>22,38</b>	<b>51,93</b>	<b>520,10</b>	<b>1,05</b>
<b>Обед</b>								
2008	75	БОРЩ	200	2,16	3,28	7,12	66,40	8,80
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	10,14	5,42	3,47	103,98	1,42
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,48	4,32	16,24	112,80	4,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	2,33	3,25	36,08	1,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,46	0,12	9,62	45,39	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	3,04	0,40	19,49	93,76	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,53	30,10	0,00
<b>Итого</b>			<b>705</b>	<b>19,83</b>	<b>15,87</b>	<b>66,72</b>	<b>488,51</b>	<b>15,74</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	180	4,98	4,30	6,87	91,08	1,20
	К/К	ЗЕФИР	40	0,23	0,03	23,28	95,08	0,00
<b>Итого</b>			<b>220</b>	<b>5,21</b>	<b>4,33</b>	<b>30,15</b>	<b>186,16</b>	<b>1,20</b>
<b>Ужин</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,56	3,92	17,36	124,00	0,80
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,46	0,12	9,62	45,39	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,13	0,00	7,30	30,39	0,62
<b>Итого</b>			<b>419</b>	<b>6,15</b>	<b>4,04</b>	<b>34,28</b>	<b>199,78</b>	<b>1,42</b>
<b>Всего</b>				<b>57,76</b>	<b>46,62</b>	<b>183,08</b>	<b>1 394,55</b>	<b>19,41</b>

Повар \_\_\_\_\_

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.