

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

27 января 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	189	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,98	6,36	19,75	156,73	0,41
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,79	0,69	12,26	62,48	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,81	0,04	34,52	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	7,45	29,77	0,00
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	70	1,04	0,35	14,59	66,68	6,95
Итого			399	7,83	11,21	54,09	350,18	7,36
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,26	1,87	11,32	76,29	3,77
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	50	10,18	10,86	0,58	140,59	0,00
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	105	4,10	0,49	26,30	126,09	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	35	0,57	1,58	2,72	28,23	9,09
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	20	1,50	0,40	9,64	49,20	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,60	0,35	16,63	80,02	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	8,93	35,73	0,00
Итого			549	22,21	15,55	76,12	536,15	12,86
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,20	3,62	6,95	78,16	0,78
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,62	3,02	27,39	153,05	0,00
Итого			200	7,82	6,64	34,34	231,21	0,78
Ужин								
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	45	5,71	5,12	0,69	71,86	0,84
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,15	4,13	17,43	115,64	8,80
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	1,53	3,22	28,78	1,51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,47	0,12	9,65	45,54	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	18,26	77,73	3,62
Итого			394	10,78	11,08	49,25	339,55	14,77
Всего				48,64	44,48	213,80	1 457,09	35,77

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

27 января 2025 г.

Сад 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	189	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5,93	8,02	23,40	190,10	0,49
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,12	0,82	14,54	74,13	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,47	0,03	31,45	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,46	37,82	0,00
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	70	1,04	0,35	14,55	66,51	6,93
Итого			463	9,11	12,66	61,98	400,01	7,42
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,36	2,61	15,09	102,60	5,03
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	65	14,11	15,05	0,81	194,80	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,74	4,14	26,96	164,51	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	55	0,87	1,64	4,07	35,84	13,61
2008		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	1,91	0,51	12,27	62,62	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	49	3,23	0,43	20,67	99,43	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	10,56	42,21	0,00
Итого			704	29,22	24,38	90,43	702,01	18,64
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,03	4,34	8,33	93,75	0,93
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	4,84	4,03	36,54	204,20	0,00
Итого			250	9,87	8,37	44,87	297,95	0,93
Ужин								
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	55	6,54	5,71	1,12	82,25	1,37
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,57	3,42	20,81	124,52	10,51
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,82	1,93	4,86	40,04	2,28
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,38	0,19	15,68	74,01	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,26	86,24	4,01
Итого			475	13,31	11,45	62,73	407,06	18,17
Всего				61,51	56,86	260,01	1 807,03	45,16

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.