

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
27 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,39	6,75	20,90	162,39	0,38
2008	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
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,41	3,06	0,00	37,78	0,07
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,12	0,00	9,95	40,86	0,55
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,30	44,59	9,49
<b>Итого</b>			<b>430</b>	<b>8,91</b>	<b>15,38</b>	<b>51,04</b>	<b>382,49</b>	<b>10,49</b>
<b>Обед</b>								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,82	2,79	15,47	98,28	2,77
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	140	21,29	23,90	23,46	393,89	1,26
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,35	0,31	15,07	72,52	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	11,83	47,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>516</b>	<b>26,78</b>	<b>27,04</b>	<b>66,51</b>	<b>617,19</b>	<b>6,03</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	РЯЖЕНКА	180	5,21	6,94	7,29	112,83	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	20	1,13	3,02	13,79	77,44	0,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>6,34</b>	<b>9,96</b>	<b>21,08</b>	<b>190,27</b>	<b>0,00</b>
<b>Ужин</b>								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,56	2,31	0,15	31,59	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	38	0,72	3,38	2,93	45,23	2,66
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,61	0,13	10,59	50,00	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,88	0,18	17,73	75,49	3,51
<b>Итого</b>			<b>258</b>	<b>5,77</b>	<b>6,00</b>	<b>31,40</b>	<b>202,31</b>	<b>6,17</b>
<b>Всего</b>				<b>47,80</b>	<b>58,38</b>	<b>170,03</b>	<b>1 392,26</b>	<b>22,69</b>

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

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
27 февраля 2025 г.

**Сад 12 часов**



Форм- рек- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,17	6,19	24,26	173,95	0,45
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,83	0,71	12,57	64,08	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	4,01	0,04	36,39	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,44	4,37	0,00	53,96	0,10
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,13	0,00	11,55	47,36	0,61
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	96	0,38	0,38	9,36	44,89	9,55
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>10,97</b>	<b>15,66</b>	<b>57,78</b>	<b>420,63</b>	<b>10,71</b>
<b>Обед</b>								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,49	4,49	20,16	135,06	3,71
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	24,28	26,63	26,65	443,32	1,43
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,48	0,06	1,02	7,80	3,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,93	0,39	18,79	90,40	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	13,61	54,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>644</b>	<b>31,18</b>	<b>31,57</b>	<b>80,23</b>	<b>730,98</b>	<b>8,14</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	РЯЖЕНКА	200	5,79	7,72	8,10	125,41	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	50	2,85	7,59	34,63	194,47	0,00
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>8,64</b>	<b>15,31</b>	<b>42,73</b>	<b>319,88</b>	<b>0,00</b>
<b>Ужин</b>								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,11	4,62	0,30	63,19	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	56	1,07	5,02	4,35	67,17	3,95
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,90	0,24	19,05	89,93	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,97	0,19	19,68	83,79	3,90
<b>Итого</b>			<b>334</b>	<b>10,05</b>	<b>10,07</b>	<b>43,38</b>	<b>304,08</b>	<b>7,85</b>
<b>Всего</b>				<b>60,84</b>	<b>72,61</b>	<b>224,12</b>	<b>1 775,57</b>	<b>26,70</b>

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