

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

29 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	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ	115/30	14,08	10,92	28,30	270,71	0,41
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,75	0,68	11,99	61,12	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,30	0,03	29,91	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,00	1,67	8,71	58,26	0,36
Итого			323	17,85	16,57	49,03	420,00	0,77
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	150	1,58	3,32	9,80	75,88	4,66
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	75	11,24	10,96	2,36	153,09	0,54
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	105	2,12	3,28	15,36	99,63	7,57
2008		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,40	9,64	49,20	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,21	0,29	14,13	67,99	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
Итого			533	18,65	18,25	57,10	469,01	12,77
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	2,96	2,55	4,91	55,17	0,55
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	20	1,20	3,20	14,60	82,00	0,00
Итого			170	4,16	5,75	19,51	137,17	0,55
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННОЙ	150	3,01	2,86	11,19	82,97	0,32
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,17	0,10	7,69	36,30	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	6,66	27,06	0,02
Итого			345	4,29	2,96	25,54	146,33	0,34
Всего				44,95	43,53	151,18	1 172,51	14,43

Повар _____ Алекса О.С.



Заведующий
МБ ДОУ № 30
Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

29 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	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ	135/50	16,67	12,55	33,45	316,58	0,51
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,09	0,81	14,31	72,94	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,09	0,03	28,05	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,42	1,99	10,07	68,45	0,43
Итого			398	21,20	18,44	57,86	486,02	0,94
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	200	2,09	4,04	12,81	96,65	6,16
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	95	14,07	13,82	3,17	193,16	0,66
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,49	3,44	18,11	113,66	8,94
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	25	1,88	0,50	12,05	61,50	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,78	0,37	17,82	85,75	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,15	28,59	0,00
Итого			662	23,31	22,17	71,11	579,31	15,76
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	50	3,00	8,00	36,50	205,00	0,00
Итого			230	3,00	8,00	36,50	205,00	0,00
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННОЙ	200	3,99	3,66	14,81	108,62	0,43
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,15	12,37	58,40	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,39	30,01	0,02
Итого			425	5,99	3,81	34,57	197,03	0,45
Всего				53,50	52,42	200,04	1 467,36	17,15

Повар _____ Алекса О.С.