

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

30 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,56	2,31	0,15	31,59	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,22	2,80	18,30	111,65	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	35	0,66	3,10	2,68	41,45	2,44
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,37	0,11	9,03	42,63	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,75	0,03	24,92	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	1,84	1,52	9,72	60,27	0,32
Итого			328	9,67	12,59	39,91	312,51	2,76
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,41	2,24	17,28	107,18	2,82
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/30	7,72	4,96	3,50	98,28	5,94
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,17	2,04	17,66	97,85	8,93
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	45	1,08	6,51	4,14	80,16	9,06
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,90	0,25	12,15	58,47	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
Итого			574	17,28	16,00	62,47	472,90	26,75
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	120	3,59	4,79	5,03	77,83	0,00
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	0,87	2,51	15,18	86,84	0,07
Итого			150	4,46	7,30	20,21	164,67	0,07
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	150	2,96	2,27	9,51	70,59	0,30
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,02	0,08	6,69	31,57	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	8,60	34,80	0,02
Итого			343	4,09	2,35	24,80	136,96	0,32
Всего				35,50	38,24	147,39	1 087,04	29,90

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

30 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,11	4,62	0,30	63,19	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	115	4,22	3,68	23,96	146,23	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	53	1,00	4,69	4,06	62,77	3,69
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,37	0,11	9,03	42,63	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,01	2,34	0,02	21,25	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,22	1,82	11,40	71,35	0,39
Итого			411	13,93	17,26	48,77	407,42	4,08
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	5,68	2,68	22,46	136,83	3,74
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/40	10,32	6,50	3,19	124,89	8,15
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,45	0,49	19,40	92,12	17,64
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	65	1,58	10,00	6,13	121,88	13,48
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,38	0,32	15,27	73,47	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,13	36,50	0,00
Итого			731	22,41	19,99	75,58	585,69	43,01
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	160	4,79	6,38	6,70	103,73	0,00
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	1,21	3,43	21,27	120,84	0,10
Итого			200	6,00	9,81	27,97	224,57	0,10
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	200	3,95	3,21	12,78	96,22	0,39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,37	0,11	9,03	42,63	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	9,37	37,92	0,02
Итого			418	5,44	3,32	31,18	176,77	0,41
Всего				47,78	50,38	183,50	1 394,45	47,60

Повар _____ Алекса О.С.