



Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

1 августа 2024 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,46	6,61	28,65	196,32	0,39
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	9,97	40,90	0,51
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	88	0,35	0,35	8,62	41,35	8,80
Итого			413	7,47	11,67	57,56	368,37	9,70
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	4,88	11,47	16,26	187,57	2,88
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	140	17,28	19,16	26,35	346,57	1,16
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,37	4,91	1,37	51,58	2,63
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			540	26,71	36,01	80,66	753,36	6,67
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,25	6,00	27,00	175,00	0,00
Итого			200	8,47	9,64	33,98	253,57	0,78
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,56	2,31	0,15	31,59	0,00
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,34	17,18	18,97	240,31	7,39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,88	0,18	17,68	75,25	3,50
Итого			370	7,31	19,79	46,84	394,51	10,89
Всего				49,96	77,11	219,04	1 769,81	28,04

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.



Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

1 августа 2024 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,19	5,60	29,80	194,97	0,47
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,36	0,91	16,17	82,44	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,86	0,03	25,93	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,14	0,00	11,45	47,18	0,78
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	97	0,39	0,39	9,55	45,79	9,74
Итого			492	9,10	9,76	67,00	396,31	10,99
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,56	3,84	20,19	129,56	3,68
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	19,47	20,45	29,22	378,68	1,22
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,58	3,32	2,18	41,67	4,11
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,79	0,15	11,78	55,57	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	3,11	0,41	19,89	95,72	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	13,68	54,70	0,00
Итого			670	28,51	28,17	96,94	755,90	9,01
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,10	5,30	10,10	113,00	3,00
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,25	6,00	27,00	175,00	0,00
Итого			250	10,35	11,30	37,10	288,00	3,00
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,11	4,62	0,30	63,19	0,00
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	2,82	12,21	17,38	192,37	10,38
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,79	0,15	11,78	55,57	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,98	0,20	19,73	83,99	3,91
Итого			423	10,70	17,18	49,19	395,12	14,29
Всего				58,66	66,41	250,23	1 835,33	37,29

Повар _____ Алекса О.С. / Дерновая Н.В.