

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
3 мая 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	100/30	15,31	18,93	14,92	294,19	0,26
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,85	0,71	12,65	64,49	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,54	0,02	23,02	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,72	2,28	9,98	71,92	0,49
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>19,90</b>	<b>24,46</b>	<b>37,57</b>	<b>453,62</b>	<b>0,75</b>
<b>Обед</b>								
2008	89	РАССОЛЬНИК	150	1,74	2,52	8,34	63,00	4,80
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/30	9,47	5,47	3,34	111,91	8,11
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	4,38	3,61	25,61	152,26	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,17	0,10	7,72	36,43	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,04	0,27	13,04	62,76	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,21	20,85	0,00
<b>Итого</b>			<b>526</b>	<b>18,80</b>	<b>11,97</b>	<b>63,26</b>	<b>447,21</b>	<b>12,91</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	130	2,69	2,32	3,71	49,22	0,65
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	55	4,49	7,07	28,04	193,29	0,00
<b>Итого</b>			<b>185</b>	<b>7,18</b>	<b>9,39</b>	<b>31,75</b>	<b>242,51</b>	<b>0,65</b>
<b>Ужин</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ПШЕННОЙ)	150	3,75	2,73	14,93	99,78	0,36
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12	0,94	0,08	6,18	29,15	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,09	0,00	6,14	24,93	0,02
<b>Итого</b>			<b>342</b>	<b>4,78</b>	<b>2,81</b>	<b>27,25</b>	<b>153,86</b>	<b>0,38</b>
<b>Всего</b>				<b>50,66</b>	<b>48,63</b>	<b>159,83</b>	<b>1 297,20</b>	<b>14,69</b>

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

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

# МЕНЮ

3 мая 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	120/50	17,10	21,13	16,45	327,53	0,29
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,21	0,86	15,18	77,35	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,01	2,16	0,02	19,59	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,04	2,52	11,27	80,65	0,54
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>22,36</b>	<b>26,67</b>	<b>42,92</b>	<b>505,12</b>	<b>0,83</b>
<b>Обед</b>								
2008	89	РАССОЛЬНИК	200	2,32	3,36	11,12	84,00	6,40
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/40	13,06	7,75	4,70	156,45	11,01
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,70	4,70	33,30	198,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,47	0,12	9,68	45,67	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,52	0,34	16,15	77,70	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	6,45	25,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>677</b>	<b>25,07</b>	<b>16,27</b>	<b>81,40</b>	<b>587,62</b>	<b>17,41</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	150	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	5,08	5,90	32,46	203,08	0,00
<b>Итого</b>			<b>220</b>	<b>11,08</b>	<b>6,10</b>	<b>40,46</b>	<b>265,08</b>	<b>2,00</b>
<b>Ужин</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННОЙ	200	5,00	3,66	19,45	131,43	0,48
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,47	0,12	9,68	45,67	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	6,66	27,06	0,02
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>6,57</b>	<b>3,78</b>	<b>35,79</b>	<b>204,16</b>	<b>0,50</b>
<b>Всего</b>				<b>65,08</b>	<b>52,82</b>	<b>200,57</b>	<b>1 561,98</b>	<b>20,74</b>

Повар \_\_\_\_\_

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.