



Заведующий
МБ ДОУ № 30
/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

3 сентября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННОЙ	150	3,23	3,08	11,46	86,96	0,39
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,09	0,03	28,05	0,00
2008	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	3,44	2,85	10,96	84,00	0,61
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	88	0,35	0,35	8,62	41,34	8,79
Итого			418	8,92	10,10	43,92	305,85	9,79
Обед								
2008	22	СВЕКОЛЬНИК	150	1,80	3,37	11,09	82,58	9,57
2008	241	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	60	7,72	3,25	4,07	76,57	0,56
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,30	3,77	15,61	105,75	7,58
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,24	2,53	0,76	26,71	3,02
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,57	0,34	16,43	79,03	0,00
2008	167	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,05	0,05	5,99	24,90	0,49
Итого			539	14,68	13,31	53,95	395,54	21,22
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	20	1,20	3,20	14,60	82,00	0,00
Итого			200	6,26	7,57	22,98	176,28	0,94
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	120/30	19,58	18,32	18,33	319,96	0,37
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	35	2,63	0,70	16,87	86,10	0,00
2008	181	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,13	0,00	5,15	21,79	0,62
Итого			365	22,34	19,02	40,35	427,85	0,99
Всего				52,20	50,00	161,20	1 305,52	32,94

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

3 сентября 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	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННОЙ	200	4,29	3,82	14,82	111,43	0,52
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,29	0,89	15,72	80,12	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,59	0,03	32,51	0,00
2008	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	4,51	3,78	14,12	109,60	0,81
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	88	0,35	0,35	8,61	41,31	8,79
Итого			523	11,46	12,43	53,30	374,97	10,12
Обед								
2008	22	СВЕКОЛЬНИК	200	2,28	4,37	13,45	102,94	12,47
2008	241	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	80	10,39	4,00	5,28	99,14	0,73
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,73	3,94	18,54	120,70	9,00
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,36	3,67	1,13	38,84	4,50
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	3,16	0,42	20,21	97,25	0,00
2008	167	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,06	0,06	11,84	48,51	0,62
Итого			688	18,98	16,46	70,45	507,38	27,32
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,10	5,30	10,10	113,00	3,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	50	2,99	7,98	36,39	204,41	0,00
Итого			250	9,09	13,28	46,49	317,41	3,00
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	140/30	21,45	19,11	19,70	340,54	0,40
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	39	2,96	0,79	19,00	96,97	0,00
2008	181	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,14	0,00	6,50	27,20	0,64
Итого			409	24,55	19,90	45,20	464,71	1,04
Всего				64,08	62,07	215,44	1 664,47	41,48

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.