

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
4 июля 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	150	4,50	3,97	15,77	117,45	0,54
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,02	0,78	13,84	70,54	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,81	0,04	34,52	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,94	3,37	13,01	99,05	0,70
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,36	0,36	8,82	42,30	9,00
<b>Итого</b>			<b>422</b>	<b>10,84</b>	<b>12,29</b>	<b>51,48</b>	<b>363,86</b>	<b>10,24</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,98	3,02	7,44	64,20	6,00
2012	301	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	55	13,30	14,28	1,76	188,60	0,54
2012	415	КАША РИСОВАЯ	120	1,78	3,32	18,59	111,41	0,00
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,29	3,88	0,91	39,65	3,62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,55	0,34	16,30	78,45	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	10,43	41,68	0,00
<b>Итого</b>			<b>603</b>	<b>21,43</b>	<b>24,96</b>	<b>65,47</b>	<b>571,35</b>	<b>10,16</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,02	4,33	8,31	93,48	0,93
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	20	1,20	3,20	14,60	82,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>6,22</b>	<b>7,53</b>	<b>22,91</b>	<b>175,48</b>	<b>0,93</b>
<b>Ужин</b>								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	2,33	4,97	14,95	115,12	11,09
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,17	0,10	7,72	36,43	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,13	0,00	8,50	35,24	0,68
<b>Итого</b>			<b>345</b>	<b>3,63</b>	<b>5,07</b>	<b>31,17</b>	<b>186,79</b>	<b>11,77</b>
<b>Всего</b>				<b>42,12</b>	<b>49,85</b>	<b>171,03</b>	<b>1 297,48</b>	<b>33,10</b>

Повар \_\_\_\_\_

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
4 июля 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>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	180	5,29	4,63	18,56	137,89	0,65
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,40	0,93	16,46	83,92	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,74	0,04	33,89	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,84	4,09	15,77	120,57	0,83
08		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
<b>Итого</b>			<b>495</b>	<b>12,95</b>	<b>13,79</b>	<b>60,63</b>	<b>423,27</b>	<b>11,48</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,73	4,16	10,44	86,41	6,37
2012	301	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	75	17,74	19,04	2,29	251,32	0,71
2012	415	КАША РИСОВАЯ	150	2,20	3,06	23,15	128,96	0,00
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,44	3,54	1,38	39,01	2,27
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	3,21	0,43	20,53	98,79	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	10,14	40,52	0,00
<b>Итого</b>			<b>733</b>	<b>26,85</b>	<b>30,35</b>	<b>77,97</b>	<b>692,37</b>	<b>9,35</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,04	5,25	10,00	111,87	2,97
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	50	3,00	8,00	36,50	205,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>9,04</b>	<b>13,25</b>	<b>46,50</b>	<b>316,87</b>	<b>2,97</b>
<b>Ужин</b>								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	2,86	6,14	17,35	137,37	13,29
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,15	0,00	9,43	39,14	0,79
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>4,54</b>	<b>6,26</b>	<b>36,82</b>	<b>223,87</b>	<b>14,08</b>
<b>Всего</b>				<b>53,38</b>	<b>63,65</b>	<b>221,92</b>	<b>1 656,38</b>	<b>37,88</b>

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