

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
5 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	150	4,44	3,92	16,75	120,60	0,49
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,68	0,65	11,49	58,55	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,36	0,04	39,57	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,08	0,00	6,43	26,04	0,02
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,36	0,36	8,77	42,08	8,95
<b>Итого</b>			<b>417</b>	<b>6,59</b>	<b>9,29</b>	<b>43,48</b>	<b>286,84</b>	<b>9,46</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,26	2,44	7,78	58,30	4,52
2012	301	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	50	10,43	11,53	1,82	152,76	0,42
2012	415	КАША РИСОВАЯ	100	1,43	2,56	15,01	88,77	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	35	0,57	1,20	0,95	17,84	9,49
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,48	0,12	9,74	45,97	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,45	0,33	15,71	75,59	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,11	36,42	0,00
<b>Итого</b>			<b>571</b>	<b>17,62</b>	<b>18,18</b>	<b>60,12</b>	<b>475,65</b>	<b>14,43</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,32	3,66	14,23	108,38	0,75
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	18	1,04	0,83	13,24	64,59	0,00
<b>Итого</b>			<b>198</b>	<b>5,36</b>	<b>4,49</b>	<b>27,47</b>	<b>172,97</b>	<b>0,75</b>
<b>Ужин</b>								
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,12	10,92	13,44	161,82	8,34
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,12	0,09	7,38	34,82	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,88	0,18	17,70	75,38	3,51
<b>Итого</b>			<b>345</b>	<b>4,12</b>	<b>11,19</b>	<b>38,52</b>	<b>272,02</b>	<b>11,85</b>
<b>Всего</b>				<b>33,69</b>	<b>43,15</b>	<b>169,59</b>	<b>1 207,48</b>	<b>36,49</b>

Повар \_\_\_\_\_

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

# МЕНЮ

5 июня 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	5,26	4,45	19,83	141,05	0,58
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,97	0,76	13,48	68,73	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,18	0,04	37,89	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,09	0,00	8,35	33,70	0,02
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,71	46,58	9,91
<b>Итого</b>			<b>491</b>	<b>7,75</b>	<b>9,79</b>	<b>51,41</b>	<b>327,95</b>	<b>10,51</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	180	1,49	2,94	9,18	69,57	5,40
2012	301	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	75	14,86	16,47	2,36	216,97	0,59
2012	415	КАША РИСОВАЯ	130	1,88	2,86	19,77	112,37	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,85	2,39	3,36	39,70	14,23
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,48	0,12	9,74	45,97	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	3,07	0,41	19,65	94,56	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,18	36,70	0,00
<b>Итого</b>			<b>680</b>	<b>23,63</b>	<b>25,19</b>	<b>73,24</b>	<b>615,84</b>	<b>20,22</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,74	4,04	15,75	119,46	0,83
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	40	2,07	1,65	26,30	128,34	0,00
<b>Итого</b>			<b>240</b>	<b>6,81</b>	<b>5,69</b>	<b>42,05</b>	<b>247,80</b>	<b>0,83</b>
<b>Ужин</b>								
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	2,54	13,31	15,64	193,83	10,09
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,48	0,12	9,74	45,97	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,98	0,20	19,70	83,88	3,90
<b>Итого</b>			<b>399</b>	<b>5,00</b>	<b>13,63</b>	<b>45,08</b>	<b>323,68</b>	<b>13,99</b>
<b>Всего</b>				<b>43,19</b>	<b>54,30</b>	<b>211,78</b>	<b>1 515,27</b>	<b>45,55</b>

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