

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

7 мая 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								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,43	0,41	21,98	105,38	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	28	0,53	2,47	2,14	33,09	1,95
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,55	0,60	10,65	54,27	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,71	0,05	42,74	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,07	0,00	7,07	28,50	0,02
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	0,36	0,36	8,74	41,94	8,92
Итого			383	5,97	8,55	50,63	305,92	10,89
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,59	3,17	15,29	100,03	2,72
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	45/50	9,67	14,48	5,17	189,94	1,83
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,69	4,61	25,84	167,65	0,00
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,20	0,03	0,63	3,53	2,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,09	0,09	7,17	33,83	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	8,29	33,16	0,00
Итого			564	21,23	22,64	75,11	589,33	7,07
Полдник								
2008	435	КЕФИР	140	4,14	3,57	5,71	75,71	1,00
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,18	5,91	26,57	172,18	0,00
Итого			190	8,32	9,48	32,28	247,89	1,00
Ужин								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,26	6,57	20,27	157,05	0,39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,09	0,09	7,17	33,83	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,84	4,08	15,20	118,23	0,83
Итого			345	10,19	10,74	42,64	309,11	1,22
Всего				45,71	51,41	200,66	1 452,25	20,18

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

7 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		
Завтрак								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,45	0,52	28,56	136,93	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	46	0,88	4,12	3,57	55,10	3,24
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,86	0,72	12,76	65,04	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	5,05	0,05	45,76	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	8,71	35,14	0,02
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,40	0,40	9,72	46,63	9,92
Итого			481	7,70	10,81	63,37	384,60	13,18
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,54	5,04	19,84	138,95	3,65
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70/50	12,58	18,26	6,87	242,57	2,39
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,26	7,08	5,06
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,44	0,12	9,45	44,58	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,48	0,33	15,86	76,31	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,34	37,33	0,00
Итого			736	27,84	29,80	96,22	764,82	11,10
Полдник								
2008	435	КЕФИР	160	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,18	5,91	26,57	172,18	0,00
Итого			210	10,18	6,11	34,57	234,18	2,00
Ужин								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,65	7,59	26,65	197,22	0,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,44	0,12	9,45	44,58	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,61	3,06	12,99	94,88	0,63
Итого			420	10,70	10,77	49,09	336,68	1,15
Всего				56,42	57,49	243,25	1 720,28	27,43

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.