

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

8 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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	4,41	7,49	17,94	157,61	0,57
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,82	0,70	12,48	63,63	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,04	5,89	0,06	53,43	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,12	1,77	8,61	59,29	0,38
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,36	0,36	8,74	41,94	8,92
Итого			419	8,75	16,21	47,83	375,90	9,87
Обед								
2012	71	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,14	2,87	4,70	50,35	5,85
2008	264	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	50	7,33	8,84	2,65	119,73	1,01
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	4,38	3,61	25,61	152,26	0,00
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,61	2,12	3,15	34,39	5,83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,09	0,09	7,17	33,83	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	6,92	27,64	0,00
Итого			539	16,87	17,84	65,04	489,59	12,69
Полдник								
		ВАРЕНЕЦ	140	3,94	4,79	5,63	81,70	0,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	25	1,69	1,34	21,43	104,57	0,00
Итого			165	5,63	6,13	27,06	186,27	0,00
Ужин								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130/30	2,70	1,79	12,72	78,92	8,82
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,09	0,09	7,17	33,83	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,00	7,19	29,80	0,57
Итого			355	3,91	1,88	27,08	142,55	9,39
Всего				35,16	42,06	167,01	1 194,31	31,95

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.



Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

8 мая 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								
							189,53	0,68
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	5,24	9,30	20,98	189,53	0,68
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,20	0,85	15,05	76,73	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,04	5,89	0,06	53,43	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,57	2,12	10,29	71,19	0,46
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,74	46,69	9,93
		Итого	495	10,45	18,56	56,12	437,57	11,07
Обед								
							66,41	7,88
2012	71	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,52	3,73	6,29	66,41	7,88
2008	264	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	85	12,17	14,48	4,35	196,64	1,60
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,70	4,70	33,30	198,00	0,00
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,90	2,72	4,37	46,06	8,78
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,45	0,12	9,56	45,11	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,92	0,39	18,72	90,08	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	8,07	32,25	0,00
		Итого	718	24,66	26,14	84,66	674,55	18,26
Полдник								
							98,03	0,00
		ВАРЕНЕЦ	170	4,73	5,75	6,76	98,03	0,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	45	2,53	2,01	32,14	156,86	0,00
		Итого	215	7,26	7,76	38,90	254,89	0,00
Ужин								
							89,45	9,95
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150/30	3,03	2,11	14,24	89,45	9,95
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,45	0,12	9,56	45,11	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,13	0,00	7,69	31,97	0,61
		Итого	400	4,61	2,23	31,49	166,53	10,56
		Всего		46,98	54,69	211,17	1 533,54	39,89

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.