

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/



**МЕНЮ**  
14 ноября 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	4,23	3,94	13,88	108,61	0,55
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,85	0,71	12,65	64,49	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	5,08	0,05	46,03	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,14	3,49	11,64	95,67	0,70
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,36	44,88	9,55
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>10,63</b>	<b>13,60</b>	<b>47,58</b>	<b>359,68</b>	<b>10,80</b>
<b>Обед</b>								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	2,22	1,68	11,76	71,40	4,80
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	130	10,84	10,36	6,28	163,04	20,06
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,49	0,04	4,03	18,91	0,76
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,70	0,36	17,28	83,15	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,96	23,81	0,00
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>16,25</b>	<b>12,44</b>	<b>45,31</b>	<b>360,31</b>	<b>25,62</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,41	3,80	7,30	82,18	0,82
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	3,76	1,81	22,56	121,25	0,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>8,17</b>	<b>5,61</b>	<b>29,86</b>	<b>203,43</b>	<b>0,82</b>
<b>Ужин</b>								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	150	2,48	5,53	13,34	113,94	6,78
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,76	0,22	18,14	85,62	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,09	0,00	6,88	27,91	0,02
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>5,33</b>	<b>5,75</b>	<b>38,36</b>	<b>227,47</b>	<b>6,80</b>
<b>Всего</b>				<b>40,38</b>	<b>37,40</b>	<b>161,11</b>	<b>1 150,89</b>	<b>44,04</b>

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

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
14 ноября 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	5,06	4,86	16,51	130,87	0,65
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,21	0,86	15,18	77,35	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,71	0,05	42,74	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,30	2,80	10,41	80,95	0,57
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,33	44,77	9,53
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>10,98</b>	<b>13,61</b>	<b>51,48</b>	<b>376,68</b>	<b>10,75</b>
<b>Обед</b>								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2,96	2,24	15,68	95,20	6,40
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	155	13,02	12,88	7,50	199,65	24,10
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,73	0,06	5,35	25,58	1,16
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,37	0,45	21,55	103,68	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,27	29,03	0,00
<b>Итого</b>			<b>645</b>	<b>20,08</b>	<b>15,63</b>	<b>57,35</b>	<b>453,14</b>	<b>31,66</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,04	4,36	8,35	93,97	0,93
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	60	4,89	1,39	31,94	159,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>240</b>	<b>9,93</b>	<b>5,75</b>	<b>40,29</b>	<b>253,57</b>	<b>0,93</b>
<b>Ужин</b>								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	180	3,37	6,14	16,56	137,32	21,02
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,93	0,32	25,87	122,08	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	7,48	30,29	0,02
<b>Итого</b>			<b>430</b>	<b>7,40</b>	<b>6,46</b>	<b>49,91</b>	<b>289,69</b>	<b>21,04</b>
<b>Всего</b>				<b>48,39</b>	<b>41,45</b>	<b>199,03</b>	<b>1 373,08</b>	<b>64,38</b>

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