

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

# МЕНЮ

15 мая 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>								
			150	4,78	6,32	23,06	168,63	0,35
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,78	6,32	23,06	168,63	0,35
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,81	0,70	12,42	63,32	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,65	27,00	0,02
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	64	0,96	0,32	13,47	61,60	6,42
		<b>Итого</b>	<b>393</b>	<b>7,68</b>	<b>11,47</b>	<b>55,64</b>	<b>357,95</b>	<b>6,79</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,28	3,39	7,82	67,20	4,77
	115	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	140	12,02	11,33	22,84	241,34	0,62
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,27	0,03	0,57	4,33	1,67
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,59	0,13	10,45	49,34	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,43	0,19	9,18	44,19	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	7,27	29,03	0,00
		<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>16,59</b>	<b>15,07</b>	<b>58,13</b>	<b>435,43</b>	<b>7,06</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,52	3,90	7,49	84,24	0,84
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	20	1,05	2,80	12,78	71,75	0,00
		<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>5,57</b>	<b>6,70</b>	<b>20,27</b>	<b>155,99</b>	<b>0,84</b>
<b>Ужин</b>								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	2,50	5,37	14,97	119,50	11,81
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,88	0,12	5,65	27,19	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,24	3,61	14,06	106,87	0,75
		<b>Итого</b>	<b>345</b>	<b>7,62</b>	<b>9,10</b>	<b>34,68</b>	<b>253,56</b>	<b>12,56</b>
		<b>Всего</b>		<b>37,46</b>	<b>42,34</b>	<b>168,72</b>	<b>1 202,93</b>	<b>27,25</b>

Повар \_\_\_\_\_

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

# МЕНЮ

15 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,74	6,63	27,25	192,17	0,42
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,16	0,84	14,83	75,59	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,55	0,04	41,27	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	8,54	34,58	0,02
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	72	1,07	0,36	15,04	68,74	7,16
<b>Итого</b>			<b>466</b>	<b>9,10</b>	<b>12,38</b>	<b>65,70</b>	<b>412,35</b>	<b>7,60</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	180	1,56	3,64	9,52	77,48	5,76
	115	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	160	13,79	13,32	26,58	281,39	0,70
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,33	0,04	0,70	5,38	2,07
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,41	0,20	15,86	74,86	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,73	0,23	11,06	53,22	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,13	36,48	0,00
<b>Итого</b>			<b>617</b>	<b>19,82</b>	<b>17,43</b>	<b>72,85</b>	<b>528,81</b>	<b>8,53</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,02	4,33	8,31	93,50	0,93
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	40	2,61	6,97	31,80	178,61	0,00
<b>Итого</b>			<b>240</b>	<b>7,63</b>	<b>11,30</b>	<b>40,11</b>	<b>272,11</b>	<b>0,93</b>
<b>Ужин</b>								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	2,97	6,60	17,65	143,48	14,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,15	0,15	7,36	35,40	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,76	4,06	15,94	120,51	0,84
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>8,88</b>	<b>10,81</b>	<b>40,95</b>	<b>299,39</b>	<b>14,84</b>
<b>Всего</b>				<b>45,43</b>	<b>51,92</b>	<b>219,61</b>	<b>1 512,66</b>	<b>31,90</b>

Повар \_\_\_\_\_

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.