

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/



# МЕНЮ

17 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ОВСЯНОЙ)	150	4,61	4,54	15,81	122,86	0,45
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,81	0,05	43,63	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,30	2,81	10,08	79,74	0,58
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	85	0,35	0,35	8,62	41,35	8,80
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>10,17</b>	<b>13,24</b>	<b>47,41</b>	<b>353,08</b>	<b>9,83</b>
<b>Обед</b>								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,21	3,33	7,24	64,35	5,39
2008	264	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	60	8,49	10,32	1,97	134,76	0,88
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	100	1,93	3,13	15,66	98,63	14,00
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	40	0,53	2,47	2,54	34,59	1,33
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,40	0,11	9,20	43,42	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,37	0,32	15,19	73,08	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,65	22,57	0,00
<b>Итого</b>			<b>554</b>	<b>15,93</b>	<b>19,68</b>	<b>57,45</b>	<b>471,40</b>	<b>21,60</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,37	3,76	7,22	81,20	0,81
		ЗЕФИР	25	0,20	0,03	19,95	81,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>175</b>	<b>4,57</b>	<b>3,79</b>	<b>27,17</b>	<b>162,70</b>	<b>0,81</b>
<b>Ужин</b>								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	110/30	14,29	14,33	33,55	322,49	0,34
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,02	0,08	6,69	31,58	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,11	0,00	5,93	24,72	0,58
<b>Итого</b>			<b>333</b>	<b>15,42</b>	<b>14,41</b>	<b>46,17</b>	<b>378,79</b>	<b>0,92</b>
<b>Всего</b>				<b>46,09</b>	<b>51,12</b>	<b>178,20</b>	<b>1 365,97</b>	<b>33,16</b>

Повар \_\_\_\_\_

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.



Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна

# МЕНЮ

17 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ОВСЯНОЙ)	180	5,44	5,29	18,21	142,97	0,54
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,23	0,86	15,30	77,98	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,81	0,05	43,63	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,26	1,95	19,30	104,29	0,78
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,39	0,39	9,55	45,80	9,75
<b>Итого</b>			<b>495</b>	<b>10,35</b>	<b>13,30</b>	<b>62,41</b>	<b>414,67</b>	<b>11,07</b>
<b>Обед</b>								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	1,47	3,23	8,59	70,14	6,59
2008	264	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	85	12,03	14,37	3,40	191,10	1,14
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,51	4,07	20,36	128,23	18,20
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	60	0,80	3,18	3,78	47,14	1,97
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,73	0,14	11,41	53,85	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,97	0,39	19,03	91,54	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	6,68	26,72	0,00
<b>Итого</b>			<b>703</b>	<b>21,51</b>	<b>25,38</b>	<b>73,25</b>	<b>608,72</b>	<b>27,90</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	5,00	4,35	8,28	92,66	2,46
		ЗЕФИР	50	0,40	0,05	39,90	163,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>220</b>	<b>5,40</b>	<b>4,40</b>	<b>48,18</b>	<b>255,66</b>	<b>2,46</b>
<b>Ужин</b>								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	130/30	17,21	17,18	36,39	371,82	0,38
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,73	0,14	11,41	53,85	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,14	0,00	6,32	26,49	0,62
<b>Итого</b>			<b>383</b>	<b>19,08</b>	<b>17,32</b>	<b>54,12</b>	<b>452,16</b>	<b>1,00</b>
<b>Всего</b>				<b>56,34</b>	<b>60,40</b>	<b>237,96</b>	<b>1 731,21</b>	<b>42,43</b>

Повар \_\_\_\_\_

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.