



Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

17 июля 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		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,42	2,94	13,02	93,00	0,60
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,36	0,04	39,57	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	95	0,06	0,00	6,95	28,03	0,01
го			250	3,51	7,30	20,01	160,60	0,61
Обед								
2012	56	БОРЩ	150	1,09	3,47	5,97	60,34	5,50
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	65	4,18	5,95	3,55	84,94	1,35
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,05	3,60	12,80	92,10	6,08
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,56	2,88	3,32	41,43	1,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	7,40	29,59	0,00
Итого			515	7,88	15,90	33,04	308,40	14,48
Полдник								
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	40	2,36	1,88	30,00	146,40	0,00
		ВАРЕНЕЦ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
го			40	2,36	1,88	30,00	146,40	0,00
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	95/30	16,93	13,41	29,32	308,71	0,44
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,09	0,00	7,62	31,25	0,42
Итого			305	17,02	13,41	36,94	339,96	0,86
Всего				30,77	38,49	119,99	955,36	15,95

Повар _____ Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна



МЕНЮ
17 июля 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,10	3,53	15,62	111,55	0,72
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,43	0,04	40,17	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	120	0,07	0,00	8,39	33,77	0,01
Итого			305	4,20	7,96	24,05	185,49	0,73
Обед								
2008	75	БОРЩ	200	2,16	3,28	7,12	66,40	8,80
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	70	4,69	6,73	3,99	96,00	1,54
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135	2,75	4,80	18,03	125,21	4,44
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,84	4,37	4,98	62,52	2,33
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,50	37,98	0,00
Итого			645	10,44	19,18	43,62	388,11	17,11
Полдник								
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	40	2,36	1,88	30,00	146,40	0,00
		ВАРЕНЕЦ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			220	2,36	1,88	30,00	146,40	0,00
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110/30	19,04	14,98	31,23	339,42	0,47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,10	0,00	8,49	34,73	0,43
Итого			340	19,14	14,98	39,72	374,15	0,90
Всего				36,14	44,00	137,39	1 094,15	18,74

Повар _____ Алекса О.С. / Дерновая Н.В.