

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
17 октября 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        | 4,16              | 3,94         | 14,13         | 109,30                        | 0,55          |
| к/к              | к/к           | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 20         | 1,50              | 0,58         | 10,28         | 52,40                         | 0,00          |
| 2008             | 13            | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                            | 5          | 0,03              | 4,44         | 0,04          | 40,28                         | 0,00          |
| к/к              | к/к           | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                               | 150        | 0,12              | 0,00         | 9,96          | 40,99                         | 0,68          |
| 2008             |               | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                               | 100        | 0,40              | 0,40         | 9,82          | 47,10                         | 10,02         |
| <b>Итого</b>     |               |   | <b>425</b> | <b>6,21</b>       | <b>9,36</b>  | <b>44,23</b>  | <b>290,07</b>                 | <b>11,25</b>  |
| <b>Обед</b>      |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008             | 94            | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ                   | 150        | 1,98              | 3,02         | 7,44          | 64,20                         | 6,00          |
| 2008             | 311           | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                               | 120        | 14,14             | 10,82        | 21,88         | 241,74                        | 8,69          |
| 2008             | 40            | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                   | 15         | 0,24              | 2,33         | 0,63          | 24,71                         | 3,45          |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ            | 31         | 2,04              | 0,27         | 13,04         | 62,76                         | 0,00          |
| к/к              | к/к           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" | 150        | 0,00              | 0,00         | 11,91         | 47,64                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>     |               |   | <b>466</b> | <b>18,40</b>      | <b>16,44</b> | <b>54,90</b>  | <b>441,05</b>                 | <b>18,14</b>  |
| <b>Полдник</b>   |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008             | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                            | 150        | 4,22              | 3,64         | 6,98          | 78,57                         | 0,78          |
|                  |               | БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"                          | 50         | 4,25              | 6,00         | 27,00         | 175,00                        | 0,00          |
| <b>Итого</b>     |               |   | <b>200</b> | <b>8,47</b>       | <b>9,64</b>  | <b>33,98</b>  | <b>253,57</b>                 | <b>0,78</b>   |
| <b>Ужин</b>      |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2012             | 45            | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                            | 130        | 1,71              | 7,70         | 10,59         | 119,31                        | 5,30          |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 20         | 1,53              | 0,12         | 10,04         | 47,36                         | 0,00          |
| к/к              | к/к           | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 180        | 0,11              | 0,00         | 12,88         | 51,90                         | 0,02          |
| <b>Итого</b>     |               |   | <b>330</b> | <b>3,35</b>       | <b>7,82</b>  | <b>33,51</b>  | <b>218,57</b>                 | <b>5,32</b>   |
| <b>Всего</b>     |               |   |            | <b>36,43</b>      | <b>43,26</b> | <b>166,62</b> | <b>1 203,26</b>               | <b>35,49</b>  |

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

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
17 октября 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 ЯЧНЕВОЙ               | 180        | 4,61              | 4,63         | 14,16         | 117,40                        | 0,66          |
| 2008             |               | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 20         | 1,50              | 0,58         | 10,28         | 52,40                         | 0,00          |
| 2008             | 13            | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                            | 5          | 0,03              | 4,13         | 0,04          | 37,40                         | 0,00          |
| к/к              | к/к           | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                               | 180        | 0,15              | 0,01         | 11,64         | 48,01                         | 0,82          |
| 2008             |               | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                               | 100        | 0,40              | 0,40         | 9,80          | 46,99                         | 10,00         |
| <b>Итого</b>     |               |   | <b>485</b> | <b>6,69</b>       | <b>9,75</b>  | <b>45,92</b>  | <b>302,20</b>                 | <b>11,48</b>  |
| <b>Обед</b>      |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008             | 94            | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ                   | 200        | 2,64              | 4,02         | 9,92          | 85,60                         | 8,00          |
| 2008             | 311           | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                               | 120        | 14,14             | 10,82        | 21,88         | 241,74                        | 8,69          |
| 2008             | 40            | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                   | 25         | 0,35              | 3,00         | 3,91          | 44,54                         | 5,11          |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ            | 38         | 2,52              | 0,34         | 16,15         | 77,70                         | 0,00          |
| к/к              | к/к           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" | 180        | 0,00              | 0,00         | 13,95         | 55,76                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>     |               |   | <b>563</b> | <b>19,65</b>      | <b>18,18</b> | <b>65,81</b>  | <b>505,34</b>                 | <b>21,80</b>  |
| <b>Полдник</b>   |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008             | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                            | 180        | 5,06              | 4,37         | 8,38          | 94,28                         | 0,94          |
|                  |               | БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"                          | 50         | 4,25              | 6,00         | 27,00         | 175,00                        | 0,00          |
| <b>Итого</b>     |               |   | <b>230</b> | <b>9,31</b>       | <b>10,37</b> | <b>35,38</b>  | <b>269,28</b>                 | <b>0,94</b>   |
| <b>Ужин</b>      |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2012             | 45            | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                            | 150        | 1,98              | 9,04         | 12,26         | 139,40                        | 6,14          |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30         | 2,29              | 0,19         | 15,05         | 71,05                         | 0,00          |
| к/к              | к/к           | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 200        | 0,12              | 0,00         | 14,19         | 57,20                         | 0,02          |
| <b>Итого</b>     |               |   | <b>380</b> | <b>4,39</b>       | <b>9,23</b>  | <b>41,50</b>  | <b>267,65</b>                 | <b>6,16</b>   |
| <b>Всего</b>     |               |   |            | <b>40,04</b>      | <b>47,53</b> | <b>188,61</b> | <b>1 344,47</b>               | <b>40,38</b>  |

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