

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

# МЕНЮ

22 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 ЯЧНЕВОЙ	150	3,28	3,24	11,58	89,08	0,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,96	0,76	13,44	68,52	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,44	0,04	40,28	0,00
	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,12	0,00	6,98	28,98	0,54
			<b>331</b>	<b>5,39</b>	<b>8,44</b>	<b>32,04</b>	<b>226,86</b>	<b>0,94</b>
<b>Обед</b>								
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ	150	4,92	3,48	6,24	76,20	6,00
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	16,72	15,93	13,26	263,18	4,95
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	0,47	1,56	3,08	28,71	4,17
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,44	0,32	15,65	75,31	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	7,45	29,77	0,00
<b>Итого</b>			<b>527</b>	<b>24,55</b>	<b>21,29</b>	<b>45,68</b>	<b>473,17</b>	<b>15,12</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	130	3,70	3,19	6,12	68,90	0,68
2012		БУТЕРБРОДЫ С ВАРЕНОЙ СГУЩЕНКОЙ	30	2,38	1,25	16,71	87,77	0,06
			<b>160</b>	<b>6,08</b>	<b>4,44</b>	<b>22,83</b>	<b>156,67</b>	<b>0,74</b>
<b>Ужин</b>								
	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	120	18,22	14,00	26,87	309,87	0,22
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,06	0,09	6,95	32,79	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,98	2,50	12,65	85,67	0,54
<b>Итого</b>			<b>314</b>	<b>22,26</b>	<b>16,59</b>	<b>46,47</b>	<b>428,33</b>	<b>0,76</b>
<b>Всего</b>				<b>58,28</b>	<b>50,76</b>	<b>147,02</b>	<b>1 285,03</b>	<b>17,56</b>

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

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**

22 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>								
	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	200	4,36	4,34	15,54	119,41	0,53
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,28	0,88	15,61	79,57	0,00
	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,48	0,04	40,62	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,11	0,00	7,68	31,68	0,53
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>6,78</b>	<b>9,70</b>	<b>38,87</b>	<b>271,28</b>	<b>1,06</b>
<b>Обед</b>								
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ	200	6,56	4,64	8,32	101,58	8,00
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	13,33	13,14	15,54	234,01	8,35
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0,70	1,89	4,61	39,07	6,17
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	3,04	0,40	19,47	93,67	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,20	36,78	0,00
<b>Итого</b>			<b>686</b>	<b>23,63</b>	<b>20,07</b>	<b>57,14</b>	<b>505,11</b>	<b>22,52</b>
<b>Полдник</b>								
	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		БУТЕРБРОДЫ С ВАРЕНОЙ СГУЩЕНКОЙ	50	3,66	1,93	25,75	135,10	0,08
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>3,66</b>	<b>1,93</b>	<b>25,75</b>	<b>135,10</b>	<b>0,08</b>
<b>Ужин</b>								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	140	21,66	15,66	31,68	358,41	0,27
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,41	0,11	9,26	43,72	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,31	2,76	14,01	94,87	0,59
<b>Итого</b>			<b>358</b>	<b>26,38</b>	<b>18,53</b>	<b>54,95</b>	<b>497,00</b>	<b>0,86</b>
<b>Всего</b>				<b>60,45</b>	<b>50,23</b>	<b>176,71</b>	<b>1 408,49</b>	<b>24,52</b>

Повар \_\_\_\_\_

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.