

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
22 августа 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННОЙ	150	4,08	4,81	14,10	116,62	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	4,13	0,04	37,40	0,00
2008	181	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,14	0,00	7,61	31,71	0,74
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,36	0,36	8,84	42,38	9,02
Итого			445	6,11	9,88	40,87	280,51	10,31
Обед								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	2,22	1,68	11,76	71,40	4,80
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,57	11,68	4,34	152,80	0,33
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	40	0,41	2,00	1,70	27,00	1,47
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,71	3,81	28,86	160,78	0,00
2008	29	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	40	0,58	3,87	1,69	44,10	9,97
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00
2008	168	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	7,27	29,03	0,00
Итого			598	17,50	23,49	81,56	608,96	16,57
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,59	8,80	99,00	0,98
	К/К	ЗЕФИР	20	0,16	0,02	15,96	65,20	0,00
Итого			200	5,48	4,61	24,76	164,20	0,98
Ужин								
2008	142	ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ	150	2,96	5,27	16,22	125,22	14,50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00
2008	184	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	7,47	30,23	0,02
Итого			345	4,20	5,36	31,22	190,97	14,52
Всего				33,29	43,34	178,41	1 244,64	42,38

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

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/



МЕНЮ
22 августа 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННОЙ	200	5,38	5,44	16,24	136,41	0,73
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,89	0,73	12,95	66,02	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,29	0,04	38,90	0,00
2008	181	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,15	0,00	8,89	36,93	0,75
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,77	46,83	9,96
Итого			530	7,85	10,86	47,89	325,09	11,44
Обед								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2,96	2,24	15,68	95,20	6,40
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	10,44	14,41	6,19	196,09	0,47
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	55	0,66	1,92	2,68	31,59	2,43
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,20	4,50	34,10	190,00	0,00
2008	29	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	55	0,84	5,64	2,46	64,17	14,51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	3,05	0,40	19,50	93,82	0,00
2008	168	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,42	37,67	0,00
Итого			756	22,68	29,23	100,07	755,90	23,81
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,10	5,30	10,10	113,00	3,00
	К/К	ЗЕФИР	50	0,40	0,05	39,90	163,00	0,00
Итого			250	6,50	5,35	50,00	276,00	3,00
Ужин								
2008	142	ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ	180	3,45	6,05	18,99	145,70	18,15
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008	184	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,11	0,00	9,65	39,05	0,02
Итого			400	5,09	6,17	38,68	232,11	18,17
Всего				42,12	51,61	236,64	1 589,10	56,42

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.