

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/



**МЕНЮ**  
25 апреля 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>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,21	5,33	19,43	143,07	0,34
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,32	0,11	8,70	41,05	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,30	0,03	29,91	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	105	0,11	0,00	6,66	27,07	0,02
<b>Итого</b>			<b>276</b>	<b>5,66</b>	<b>8,74</b>	<b>34,82</b>	<b>241,10</b>	<b>0,36</b>
<b>Обед</b>								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,49	9,40	14,70	153,48	2,77
	115	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	140	9,57	8,66	23,32	209,62	0,63
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,32	0,11	8,70	41,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,46	0,19	9,32	44,87	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
<b>Итого</b>			<b>519</b>	<b>15,16</b>	<b>18,40</b>	<b>64,46</b>	<b>485,18</b>	<b>5,40</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,34	3,73	7,17	80,67	0,80
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	1,19	3,18	19,01	109,38	0,09
<b>Итого</b>			<b>185</b>	<b>5,53</b>	<b>6,91</b>	<b>26,18</b>	<b>190,05</b>	<b>0,89</b>
<b>Ужин</b>								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,69	4,61	25,84	167,65	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,73	3,44	2,97	45,97	2,70
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	13	0,88	0,12	5,65	27,19	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,21	3,56	14,34	107,32	0,72
<b>Итого</b>			<b>333</b>	<b>11,51</b>	<b>11,73</b>	<b>48,80</b>	<b>348,13</b>	<b>3,42</b>
<b>Всего</b>				<b>37,86</b>	<b>45,78</b>	<b>174,26</b>	<b>1 264,46</b>	<b>10,07</b>

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

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

Люрченко Наталья Васильевна/

**МЕНЮ**  
25 апреля 2024 г.

**Сад 12 часов**



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,03	5,25	23,20	160,58	0,40
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,96	0,16	12,90	60,86	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,17	0,03	28,70	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	9,24	37,46	0,02
<b>Итого</b>			<b>391</b>	<b>7,13</b>	<b>8,58</b>	<b>45,37</b>	<b>287,60</b>	<b>0,42</b>
<b>Обед</b>								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	3,18	12,58	17,82	197,35	3,31
	115	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	160	10,88	9,83	26,87	239,56	0,71
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,32	0,11	8,70	41,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,69	0,23	10,84	52,18	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,00	36,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>613</b>	<b>17,47</b>	<b>22,80</b>	<b>74,08</b>	<b>572,64</b>	<b>6,52</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,81	4,15	7,97	89,66	0,89
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	50	1,67	4,34	27,10	154,24	0,12
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>6,48</b>	<b>8,49</b>	<b>35,07</b>	<b>243,90</b>	<b>1,01</b>
<b>Ужин</b>								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,10	5,15	4,45	68,83	4,05
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,13	0,15	7,25	34,86	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,55	3,87	15,48	116,11	0,80
<b>Итого</b>			<b>407</b>	<b>14,18</b>	<b>15,17</b>	<b>60,78</b>	<b>437,80</b>	<b>4,85</b>
<b>Всего</b>				<b>45,26</b>	<b>55,04</b>	<b>215,30</b>	<b>1 541,94</b>	<b>12,80</b>

Повар \_\_\_\_\_

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.