



Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

# МЕНЮ

25 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	150	4,53	3,93	16,25	119,22	0,56
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,82	0,70	12,48	63,62	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,04	5,89	0,06	53,39	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,24	3,56	13,52	104,25	0,72
Ю8		БАНАН	133	2,00	0,67	27,93	127,68	13,30
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>12,63</b>	<b>14,75</b>	<b>70,24</b>	<b>468,16</b>	<b>14,58</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,98	3,02	7,44	64,20	6,00
2012	301	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	70	14,14	14,16	0,97	187,51	0,57
2012	415	КАША РИСОВАЯ	120	1,56	4,79	16,27	114,44	0,00
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	65	0,60	2,85	2,19	37,49	4,01
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,64	0,13	10,75	50,75	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,36	0,31	15,14	72,84	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,20	0,20	27,90	115,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>662</b>	<b>22,48</b>	<b>25,46</b>	<b>80,66</b>	<b>642,23</b>	<b>12,58</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	183	5,14	4,43	8,52	95,78	0,95
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	40	0,94	2,51	11,47	64,43	0,00
<b>Итого</b>			<b>223</b>	<b>6,08</b>	<b>6,94</b>	<b>19,99</b>	<b>160,21</b>	<b>0,95</b>
<b>Ужин</b>								
2008	142	ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ	105	3,49	6,77	10,20	115,93	9,08
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,31	0,11	8,60	40,59	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,16	0,00	8,66	35,73	0,44
<b>Итого</b>			<b>302</b>	<b>4,96</b>	<b>6,88</b>	<b>27,46</b>	<b>192,25</b>	<b>9,52</b>
<b>Всего</b>				<b>46,15</b>	<b>54,03</b>	<b>198,35</b>	<b>1 462,85</b>	<b>37,63</b>

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



Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

# МЕНЮ

25 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	180	4,61	4,60	14,16	117,16	0,66
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	2,18	0,84	14,93	76,11	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,19	0,04	37,99	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,31	4,40	19,23	139,24	0,84
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
<b>Итого</b>			<b>485</b>	<b>13,63</b>	<b>14,53</b>	<b>69,36</b>	<b>466,50</b>	<b>11,50</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,74	4,06	10,63	86,47	6,41
2012	301	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	80	18,75	18,71	1,73	249,94	0,75
2012	415	КАША РИСОВАЯ	130	2,21	3,23	23,17	130,62	0,00
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,57	3,63	2,13	44,23	4,01
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,89	0,38	18,50	89,03	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,20	0,20	27,90	115,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>734</b>	<b>27,89</b>	<b>30,33</b>	<b>94,10</b>	<b>762,65</b>	<b>13,17</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,10	5,30	10,10	113,00	3,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	40	2,34	6,25	28,51	160,10	0,00
<b>Итого</b>			<b>240</b>	<b>8,44</b>	<b>11,55</b>	<b>38,61</b>	<b>273,10</b>	<b>3,00</b>
<b>Ужин</b>								
2008	142	ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ	145	4,85	9,41	14,16	161,02	12,61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,17	0,01	13,00	53,68	0,92
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>6,55</b>	<b>9,54</b>	<b>37,20</b>	<b>262,06</b>	<b>13,53</b>
<b>Всего</b>				<b>56,51</b>	<b>65,95</b>	<b>239,27</b>	<b>1 764,31</b>	<b>41,20</b>

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