

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

25 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		
Завтрак								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ОВСЯНОЙ	150	3,52	3,86	12,10	97,68	0,39
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,75	0,68	11,99	61,13	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,59	3,77	16,30	118,74	0,70
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,07	96,32	10,03
Итого			425	11,39	12,94	61,50	411,27	11,12
Обед								
	103	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,38	4,18	8,88	78,92	3,33
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	4,86	17,10	122,44	8,30
2012	301	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТАМИ	60	14,54	14,39	2,26	196,40	0,58
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,56	1,66	3,30	30,29	1,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,27	0,10	8,36	39,47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,21	0,29	14,13	67,99	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	11,29	45,15	0,00
Итого			570	22,49	25,48	65,32	580,66	13,76
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	40	1,20	3,20	14,60	82,00	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
Итого			190	1,95	3,35	29,75	146,50	3,00
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ	125	14,47	12,22	23,42	264,30	0,45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,02	0,08	6,69	31,58	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,30	0,10	15,20	62,00	3,00
Итого			345	15,79	12,40	45,31	357,88	3,45
Всего				51,62	54,17	201,88	1 496,31	31,33

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

25 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		
Завтрак								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ОВСЯНОЙ	150	3,52	3,86	12,10	97,68	0,39
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,75	0,68	11,99	61,13	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,59	3,77	16,30	118,74	0,70
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,07	96,32	10,03
Итого			425	11,39	12,94	61,50	411,27	11,12
Обед								
	103	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,38	4,18	8,88	78,92	3,33
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	4,86	17,10	122,44	8,30
2012	301	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТАМИ	60	14,54	14,39	2,26	196,40	0,58
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,56	1,66	3,30	30,29	1,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,27	0,10	8,36	39,47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,21	0,29	14,13	67,99	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	11,29	45,15	0,00
Итого			570	22,49	25,48	65,32	580,66	13,76
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	40	1,20	3,20	14,60	82,00	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
Итого			190	1,95	3,35	29,75	146,50	3,00
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ	125	14,47	12,22	23,42	264,30	0,45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,02	0,08	6,69	31,58	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,30	0,10	15,20	62,00	3,00
Итого			345	15,79	12,40	45,31	357,88	3,45
Всего				51,62	54,17	201,88	1 496,31	31,33

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.