

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/



МЕНЮ
27 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		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ОВСЯНОЙ)	150	4,03	3,85	14,53	109,27	0,35
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,77	0,68	12,12	61,76	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	2,59	2,21	8,94	66,62	0,45
Итого			329	8,42	10,87	35,63	275,05	0,80
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	0,83	1,53	6,00	41,30	2,35
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	140	6,58	8,28	7,28	131,55	13,78
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	1,43	3,23	27,87	1,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,27	0,30	14,53	69,93	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	6,22	24,87	0,00
Итого			529	11,37	11,63	44,79	331,04	17,65
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	2,84	2,44	4,69	52,87	0,52
		ЗЕФИР	15	0,11	0,01	10,83	44,24	0,00
Итого			165	2,95	2,45	15,52	97,11	0,52
Ужин								
2012	209	МАКАРОННИК	140	4,84	6,52	29,21	194,91	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,87	0,07	5,74	27,07	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,09	0,00	6,40	25,91	0,02
Итого			335	5,80	6,59	41,35	247,89	0,02
Всего				28,54	31,54	137,29	951,09	18,99

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

Утверждаю



Заведующий
МБ ДОУ № 30

Люрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

27 апреля 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 (ОВСЯНОЙ)	180	4,70	4,65	16,62	127,80	0,42
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,15	0,83	14,76	75,25	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,09	1,80	17,83	96,36	0,72
Итого			394	8,97	11,41	49,25	336,81	1,14
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,04	2,20	7,53	54,47	2,80
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	160	6,44	7,91	3,56	112,36	3,48
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,82	2,09	4,83	41,33	2,26
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,44	0,12	9,45	44,61	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	2,86	0,38	18,34	88,22	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,21	28,80	0,00
Итого			642	12,60	12,70	50,92	369,79	8,54
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	3,90	3,39	6,46	72,32	1,92
		ЗЕФИР	30	0,21	0,03	21,43	87,56	0,00
Итого			210	4,11	3,42	27,89	159,88	1,92
Ужин								
2012	209	МАКАРОННИК	200	6,53	7,79	39,50	254,43	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,44	0,12	9,45	44,61	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	7,42	30,03	0,02
Итого			420	8,07	7,91	56,37	329,07	0,02
Всего				33,75	35,44	184,43	1 195,55	11,62

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