

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

31 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	150	4,38	4,20	14,94	115,67	0,55
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,43	0,55	9,81	50,02	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,50	0,04	40,80	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,10	0,00	6,41	26,57	0,54
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
Итого			425	6,34	9,65	41,00	280,07	11,09
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,25	1,93	7,57	52,81	4,79
	25	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	45	9,51	13,55	5,15	180,85	2,11
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,82	3,98	28,18	167,55	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	25	0,38	0,94	0,87	13,99	5,91
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,05	0,27	13,10	63,04	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	7,92	31,67	0,00
Итого			511	18,01	20,67	62,79	509,91	12,81
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	41	3,48	4,91	22,09	143,18	0,00
Итого			191	7,70	8,55	29,07	221,75	0,78
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	130	2,24	9,36	11,35	139,75	11,50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,18	0,10	7,76	36,60	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	8,14	32,98	0,02
Итого			325	3,53	9,46	27,25	209,33	11,52
Всего				35,58	48,33	160,11	1 221,06	36,20

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

Утверждаю



Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
31 октября 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	180	4,84	4,67	15,24	123,22	0,65
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,66	0,64	11,37	57,96	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,33	0,04	39,28	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,14	0,00	7,85	32,59	0,64
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
Итого			487	7,07	10,04	44,30	300,06	11,29
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,68	2,56	10,19	70,86	6,30
	25	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	60	13,40	19,64	6,35	256,26	2,86
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,70	4,70	33,30	198,00	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,57	1,86	3,32	33,12	8,75
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,58	0,34	16,53	79,52	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,19	36,73	0,00
Итого			649	23,93	29,10	78,88	674,49	17,91
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,62	4,84	9,29	104,50	1,04
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	41	3,48	4,91	22,09	143,18	0,00
Итого			241	9,10	9,75	31,38	247,68	1,04
Ужин								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	165	3,15	6,64	16,26	139,22	15,69
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,72	0,14	11,30	53,34	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	9,43	38,17	0,02
Итого			388	4,99	6,78	36,99	230,73	15,71
Всего				45,09	55,67	191,55	1 452,96	45,95

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