

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

2 июня 2025 г.

Ясли 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		
Завтрак								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	100/30	15,03	13,07	18,31	253,42	0,30
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,83	0,71	12,53	63,86	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,58	0,03	23,38	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	3,35	2,83	10,61	82,12	0,61
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	60	0,88	0,29	12,31	56,28	5,86
Итого			369	21,11	19,48	53,79	479,06	6,77
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	150	1,62	2,04	10,50	67,09	5,10
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	12,14	11,09	2,70	159,24	0,54
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,70	2,85	18,99	112,65	9,29
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	35	0,59	1,91	1,85	27,90	9,32
2008		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	1,88	0,50	12,05	61,50	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,77	0,37	17,75	85,41	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,44	21,77	0,00
Итого			612	21,70	18,76	69,28	535,56	24,25
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	4,95	6,21	29,69	194,11	0,02
Итого			200	9,17	9,85	36,67	272,68	0,80
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННОЙ	150	4,54	3,43	15,21	110,49	0,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,76	0,14	11,60	54,76	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,14	0,00	5,78	24,45	0,74
Итого			353	6,44	3,57	32,59	189,70	1,29
Всего				58,42	51,66	192,33	1 477,00	33,11

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

2 июня 2025 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		
Завтрак								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	115/50	16,93	14,85	20,89	287,72	0,35
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,22	0,86	15,19	77,44	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,58	0,03	23,38	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,67	2,18	8,71	65,70	0,47
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	60	0,87	0,29	12,23	55,93	5,83
Итого			440	22,71	20,76	57,05	510,17	6,65
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	200	2,17	2,60	13,81	87,86	6,90
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	15,18	14,26	3,51	202,84	0,67
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,20	3,11	22,45	131,14	10,99
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	55	0,88	2,99	3,29	44,95	13,91
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	31	2,32	0,62	14,89	75,97	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	52	3,44	0,46	22,01	105,88	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	6,55	26,18	0,00
Итого			768	27,19	24,04	86,51	674,82	32,47
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	60	5,40	6,71	34,70	220,56	0,02
Итого			240	5,40	6,71	34,70	220,56	0,02
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННОЙ	200	6,02	4,83	19,86	147,77	0,73
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,95	0,24	19,41	91,59	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,17	0,01	6,38	27,06	0,84
Итого			439	9,14	5,08	45,65	266,42	1,57
Всего				64,44	56,59	223,91	1 671,97	40,71

Повар _____ Алекса О.С.