

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

2 июля 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	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ	180	4,05	3,45	14,62	106,34	0,46
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,07	0,80	14,18	72,28	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,51	0,03	31,81	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,05	3,39	13,22	100,46	0,73
Итого			393	10,19	11,15	42,05	310,89	1,19
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	200	2,17	4,22	12,74	98,56	6,72
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	9,94	10,40	3,53	147,50	0,67
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,71	3,85	18,49	119,79	8,98
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,95	3,05	3,54	46,84	15,05
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	23	1,72	0,46	11,08	56,55	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	3,20	0,42	20,46	98,46	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,46	29,81	0,00
Итого			721	20,69	22,40	77,30	597,51	31,42
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,04	5,25	10,00	111,87	2,97
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,00
Итого			250	8,99	7,60	47,50	294,87	2,97
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	140/50	23,18	19,89	20,50	358,10	0,41
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,10	0,17	13,84	65,33	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,69	31,20	0,02
Итого			418	25,40	20,06	42,03	454,63	0,43
Всего				65,27	61,21	208,88	1 657,90	36,01

Повар _____ Алекса О.С.