

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

3 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,56	2,31	0,15	31,59	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,66	3,18	20,79	126,88	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,78	3,65	3,16	48,76	2,87
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,48	0,12	9,72	45,88	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,61	0,04	32,73	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	3,40	2,88	13,13	92,79	0,62
Итого			334	11,90	15,75	46,99	378,63	3,49
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,79	2,77	19,35	121,66	2,89
2015	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	14,85	12,67	17,05	253,29	7,82
2012	367	СОУС СМЕТАННЫЙ №367	20	0,23	1,85	0,66	20,31	0,01
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,22	2,94	17,99	107,55	9,09
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,62	1,85	3,01	31,68	5,99
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,52	0,34	16,16	77,76	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	8,47	33,86	0,00
Итого			568	25,23	22,42	82,69	646,11	25,80
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,13	4,42	8,50	95,59	0,95
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	25	1,96	0,60	77,43	322,96	0,51
Итого			205	7,09	5,02	85,93	418,55	1,46
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ	150	4,19	3,73	13,12	103,41	0,56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,10	0,09	7,21	34,04	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,00	8,73	35,91	0,50
Итого			344	5,41	3,82	29,06	173,36	1,06
Всего				49,63	47,01	244,67	1 616,65	31,81

Повар _____ Алекса О.С.



Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

3 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,11	4,62	0,30	63,19	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,47	3,90	25,40	155,03	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,17	5,46	4,72	72,99	4,29
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,85	0,15	12,19	57,51	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,67	0,04	33,24	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,72	2,21	10,99	75,31	0,48
Итого			429	15,34	20,01	53,64	457,27	4,77
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	6,30	3,79	25,42	161,34	3,77
2015	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	20,97	17,17	24,03	350,97	10,96
2012	367	СОУС СМЕТАННЫЙ №367	35	0,50	3,87	1,44	42,91	0,02
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,53	0,51	20,00	94,94	18,18
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,91	2,98	4,81	50,39	8,89
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	3,14	0,42	20,12	96,80	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	10,14	40,54	0,00
Итого			732	34,35	28,74	105,96	837,89	41,82
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,16	5,35	10,20	114,13	3,03
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	45	2,37	0,90	24,08	113,97	0,06
Итого			245	8,53	6,25	34,28	228,10	3,09
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ	200	5,47	5,00	16,29	132,97	0,74
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,85	0,15	12,19	57,51	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,13	0,00	9,54	39,26	0,58
Итого			424	7,45	5,15	38,02	229,74	1,32
Всего				65,67	60,15	231,90	1 753,00	51,00

Повар _____ Алекса О.С.