

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

4 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	150	3,90	3,70	12,50	99,44	0,52
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,95	0,03	26,71	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	3,28	2,71	12,17	86,79	0,58
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	55	0,83	0,28	11,66	53,28	5,55
Итого			385	9,91	10,37	49,21	331,72	6,65
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,33	1,56	8,21	52,40	4,81
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,57	9,69	5,20	138,24	0,33
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	40	0,38	1,14	1,55	18,54	1,35
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	4,38	3,61	25,61	152,26	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	35	0,53	1,47	1,13	20,55	8,21
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,60	0,35	16,65	80,13	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	7,60	30,40	0,00
Итого			564	16,79	17,82	65,95	492,52	14,70
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	140	4,30	5,73	6,02	93,18	0,00
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	25	2,43	3,43	15,43	100,00	0,00
Итого			165	6,73	9,16	21,45	193,18	0,00
Ужин								
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,41	8,30	15,06	145,97	9,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	8,49	34,37	0,02
Итого			365	5,18	8,52	41,11	263,23	9,18
Всего				38,61	45,87	177,72	1 280,65	30,53

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

4 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	180	4,67	4,08	15,03	116,37	0,62
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,23	0,86	15,25	77,75	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,95	0,03	26,71	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,87	3,23	14,51	103,54	0,69
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	55	0,83	0,28	11,59	53,00	5,52
Итого			450	11,62	11,40	56,41	377,37	6,83
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,76	2,57	10,73	73,39	6,40
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	75	12,05	16,05	8,01	224,60	0,53
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0,51	1,42	2,05	23,70	1,81
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,70	4,70	33,30	198,00	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,79	1,82	3,76	35,77	12,36
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	49	3,26	0,43	20,85	100,34	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,37	37,45	0,00
Итого			734	24,07	26,99	88,07	693,25	21,10
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	160	4,78	6,37	6,69	103,51	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	50	3,00	8,00	36,50	205,00	0,00
Итого			210	7,78	14,37	43,19	308,51	0,00
Ужин								
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	2,94	10,07	17,90	175,21	10,99
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,83	0,31	25,17	118,79	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	8,78	35,54	0,02
Итого			430	6,87	10,38	51,85	329,54	11,01
Всего				50,34	63,14	239,52	1 708,67	38,94

Повар _____ Алекса О.С.