

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

6 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	4,51	6,38	18,23	149,22	0,57
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,71	0,66	11,75	59,89	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,54	0,03	32,06	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,20	1,77	8,30	58,30	0,38
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	46,99	10,00
Итого			428	8,84	12,75	48,11	346,46	10,95
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,68	2,46	4,56	48,00	13,20
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,65	9,85	4,99	143,14	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,30	4,18	15,74	110,08	7,66
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,61	1,46	3,13	28,18	1,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,04	0,03	6,81	32,14	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,53	22,11	0,00
Итого			559	16,60	18,34	55,60	455,04	22,38
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,10	3,53	6,78	76,33	0,76
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,18	5,91	26,57	172,18	0,00
Итого			200	8,28	9,44	33,35	248,51	0,76
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	130	15,93	13,39	20,23	266,11	0,28
2012	362	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	40	0,05	0,05	4,93	20,56	0,45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,04	0,03	6,81	32,14	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	8,43	26,08	0,02
Итого			364	17,12	13,42	38,40	346,89	0,75
Всего				50,84	54,05	175,46	1 396,90	34,84

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

6 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	5,31	7,28	21,24	172,67	0,68
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,08	0,80	14,25	72,62	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,76	0,04	34,12	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,60	2,12	9,55	68,34	0,46
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,81	47,03	10,01
Итого			493	10,41	14,36	54,89	394,78	11,15
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,85	4,08	8,62	79,62	11,30
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	11,48	12,66	6,64	166,18	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,71	4,27	18,52	123,66	9,01
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,90	2,49	4,65	44,79	2,27
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,35	0,11	8,89	41,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,92	0,39	18,67	89,81	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	6,79	27,16	0,00
Итого			712	21,21	24,00	72,78	593,18	22,58
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,92	5,14	9,80	109,61	2,91
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,18	5,91	26,57	172,18	0,00
Итого			250	10,10	11,05	36,37	281,79	2,91
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150	18,38	14,63	21,88	297,99	0,31
2012	362	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	0,05	0,05	5,20	21,62	0,45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,35	0,11	8,89	41,96	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	1,02	20,56	0,02
Итого			418	19,90	14,79	42,99	390,13	0,78
Всего				61,62	64,40	207,03	1 659,88	37,42

Повар

Алекса О.С.