

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

12 мая 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	3,83	6,08	17,83	142,02	0,45
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,44	0,56	9,88	50,39	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,44	0,04	40,28	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	7,63	30,89	0,02
Итого			325	5,39	11,08	35,38	263,58	0,47
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,11	2,60	10,97	80,77	3,71
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	10,28	5,06	2,54	97,56	1,50
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,03	0,48	25,77	123,57	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	11	0,82	0,07	5,40	25,50	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,44	0,32	15,65	75,31	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	8,93	35,73	0,00
Итого			568	20,68	8,53	69,26	438,44	5,21
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,94	3,40	6,52	73,33	0,73
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	20	1,20	3,20	14,60	82,00	0,00
Итого			170	5,14	6,60	21,12	155,33	0,73
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	100/30	13,02	12,94	14,70	229,52	0,22
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	11	0,82	0,07	5,40	25,50	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,89	0,18	17,95	76,41	3,55
Итого			321	14,73	13,19	38,05	331,43	3,77
Всего				45,94	39,40	163,81	1 188,78	10,18

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

12 мая 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	4,51	7,36	20,76	167,96	0,54
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,72	0,66	11,76	59,92	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,30	0,04	38,99	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,09	0,00	9,45	38,18	0,02
Итого			388	6,35	12,32	42,01	305,05	0,56
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,17	3,79	14,66	110,70	4,96
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	120	12,37	5,44	3,12	111,83	1,84
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,74	4,14	26,96	164,51	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,35	0,11	8,86	41,82	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	3,04	0,40	19,48	93,73	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	10,09	40,35	0,00
Итого			694	25,67	13,88	83,17	562,94	6,80
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,37	3,76	7,24	81,35	0,81
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	50	3,00	8,00	36,50	205,00	0,00
Итого			230	7,37	11,76	43,74	286,35	0,81
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	120/50	15,86	15,63	18,04	279,29	0,28
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,35	0,11	8,86	41,82	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,89	0,18	17,95	76,41	3,55
Итого			388	18,10	15,92	44,85	397,52	3,83
Всего				57,49	53,88	213,77	1 551,86	12,00

Повар _____

Алекса О.С.