

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

16 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ОВСЯНОЙ	150	3,99	4,05	12,87	104,50	0,47
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,66	0,64	11,38	58,01	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,71	0,05	42,74	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,08	0,00	7,10	29,03	0,35
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	65	0,26	0,26	6,35	30,44	6,48
Итого			392	6,02	9,66	37,75	264,72	7,30
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,24	2,30	9,36	63,38	3,90
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	130	12,05	13,27	8,88	205,00	14,84
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	1,43	3,23	27,87	1,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,42	0,12	9,32	43,98	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,08	0,28	13,32	64,10	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	11,76	46,99	0,00
Итого			519	17,34	17,40	55,87	451,32	20,26
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,34	3,74	7,19	80,81	0,80
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	20	1,18	0,94	15,00	73,20	0,00
Итого			170	5,52	4,68	22,19	154,01	0,80
Ужин								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	140	7,35	9,58	23,99	212,47	0,04
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,04	0,08	6,81	32,14	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,88	0,18	17,75	75,56	3,51
Итого			334	9,27	9,84	48,55	320,17	3,55
Всего				38,15	41,58	164,36	1 190,22	31,91

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

16 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ОВСЯНОЙ	180	4,73	4,97	14,77	123,46	0,56
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,97	0,76	13,47	68,67	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,51	0,04	40,92	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,00	10,16	41,79	0,68
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	65	0,26	0,26	6,33	30,35	6,46
Итого			456	7,11	10,50	44,77	305,19	7,70
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,65	2,84	12,39	82,13	5,19
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	170	15,99	16,99	13,81	274,54	19,68
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	2,30	4,92	43,65	2,30
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,75	0,14	11,51	54,34	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,62	0,35	16,78	80,73	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	14,37	57,44	0,00
Итого			673	22,84	22,62	73,78	592,83	27,17
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,83	4,16	7,99	89,93	0,89
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,00
Итого			230	7,78	6,51	45,49	272,93	0,89
Ужин								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	190	7,26	9,28	23,86	209,06	0,04
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,75	0,14	11,51	54,34	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			413	10,01	9,62	55,17	349,40	4,04
Всего				47,74	49,25	219,21	1 520,35	39,80

Повар _____ Алекса О.С.