

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/



МЕНЮ

17 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	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,25	6,05	19,45	148,91	0,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,56	0,60	10,71	54,58	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,96	3,37	11,98	95,19	0,70
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	76	0,31	0,31	7,48	35,86	7,63
Итого			401	10,11	14,46	49,66	371,94	8,73
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,37	2,67	10,08	70,07	4,03
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	15,18	15,30	5,27	220,63	4,26
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	1,66	3,27	30,16	1,53
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,40	0,11	9,20	43,42	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,37	0,32	15,19	73,08	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	6,45	25,80	0,00
Итого			544	20,87	20,06	49,46	463,16	9,82
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,20	3,62	6,95	78,13	0,78
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	25	4,11	5,80	26,10	169,17	0,00
Итого			175	8,31	9,42	33,05	247,30	0,78
Ужин								
2012	342	РАГУ ОВОЩНОЕ (1 ВАРИАНТ)	150	2,61	6,96	15,85	137,20	6,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,02	0,08	6,69	31,58	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	7,43	30,02	0,02
Итого			343	3,71	7,04	29,97	198,80	6,18
Всего				43,00	50,98	162,14	1 281,20	25,51

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

17 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	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,04	7,29	23,20	178,29	0,47
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,85	0,71	12,67	64,58	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,18	0,04	37,92	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,48	2,14	21,20	114,57	0,86
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	76	0,31	0,31	7,48	35,89	7,64
Итого			466	9,71	14,63	64,59	431,25	8,97
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,75	3,03	12,89	86,31	5,37
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	180	18,16	18,38	6,46	265,12	5,18
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,82	2,51	4,86	45,28	2,28
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,73	0,14	11,38	53,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,96	0,39	18,93	91,06	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,91	31,61	0,00
Итого			688	25,42	24,45	62,43	573,08	12,83
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,04	5,25	10,00	111,87	2,97
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	3,99	5,63	25,32	164,09	0,00
Итого			250	10,03	10,88	35,32	275,96	2,97
Ужин								
2012	342	РАГУ ОВОЩНОЕ (1 ВАРИАНТ)	200	3,06	8,66	18,40	164,31	7,39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,73	0,14	11,38	53,70	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	8,11	32,79	0,02
Итого			423	4,89	8,80	37,89	250,80	7,41
Всего				50,05	58,76	200,23	1 531,09	32,18

Повар _____ Алекса О.С.