

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

19 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	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,14	5,71	18,73	142,76	0,39
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,67	0,65	11,47	58,45	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,81	0,04	34,52	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,47	0,00	4,73	21,17	0,46
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	59	0,89	0,30	12,44	56,86	5,92
Итого			386	7,19	10,47	47,41	313,76	6,77
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	150	1,54	2,87	9,65	71,01	4,66
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	65	10,76	10,84	2,09	148,91	0,26
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,32	3,24	15,70	101,53	7,62
2008		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ	19	1,44	0,38	9,27	47,31	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	6,70	26,79	0,00
Итого			531	18,50	17,65	59,06	470,86	12,54
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,02	4,33	8,31	93,48	0,93
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	20	1,20	3,20	14,60	82,00	0,00
Итого			200	6,22	7,53	22,91	175,48	0,93
Ужин								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	140	11,97	10,70	23,24	239,11	0,10
2012	362	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	50	0,08	0,07	7,11	29,90	0,83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,12	0,09	7,33	34,61	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,59	2,16	9,76	69,49	0,46
Итого			385	15,76	13,02	47,44	373,11	1,39
Всего				47,67	48,67	176,82	1 333,21	21,63

Повар _____ Алекса О.С.

/Юрченко Наталья Васильевна/

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

19 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	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,94	5,23	22,62	157,12	0,47
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,00	0,77	13,72	69,96	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,16	0,03	28,65	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,06	0,00	5,37	22,39	0,63
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	59	0,88	0,29	12,35	56,48	5,88
Итого			451	7,90	9,45	54,09	334,60	6,98
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	190	1,96	3,98	12,32	93,43	5,95
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	13,38	13,34	2,62	183,76	0,33
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,71	3,71	18,48	118,53	8,98
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	24	1,80	0,48	11,54	58,88	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	7,83	31,29	0,00
Итого			650	22,89	21,91	72,27	579,62	15,26
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	50	3,00	8,00	36,50	205,00	0,00
Итого			250	3,00	8,00	36,50	205,00	0,00
Ужин								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	190	16,53	13,46	32,31	319,12	0,13
2012	362	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	50	0,07	0,07	6,43	26,98	0,67
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,79	0,15	11,80	55,68	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,89	2,41	11,29	79,07	0,52
Итого			464	21,28	16,09	61,83	480,85	1,32
Всего				55,07	55,45	224,69	1 600,07	23,56

Повар	Алекса О.С.
-------	-------------