

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

20 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 ЯЧНЕВОЙ	150	3,78	3,03	12,29	92,01	0,50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,87	0,07	5,74	27,07	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,01	2,36	0,02	21,37	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	3,65	3,08	12,52	93,26	0,66
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	70	1,04	0,35	14,49	66,24	6,90
Итого			390	9,35	8,89	45,06	299,95	8,06
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,36	1,82	17,61	104,55	2,71
2015	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	12,13	11,31	16,79	225,61	5,65
2012	367	СОУС СМЕТАННЫЙ №367	15	0,25	1,97	0,73	21,72	0,01
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,17	2,16	17,64	98,77	8,92
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	40	1,05	1,45	3,94	33,47	8,80
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	6,22	24,87	0,00
Итого			560	22,28	19,02	77,77	580,38	26,09
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	160	4,58	3,95	7,59	85,30	0,85
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	0,93	2,69	16,26	93,05	0,08
Итого			190	5,51	6,64	23,85	178,35	0,93
Ужин								
2012	167	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНИЧНАЯ С ФРУКТАМИ	150	3,99	3,97	29,21	168,96	0,86
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,65	0,05	4,30	20,30	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,00	6,50	27,04	0,57
Итого			345	4,76	4,02	40,01	216,30	1,43
Всего				41,90	38,57	186,69	1 274,98	36,51

Повар

Алекса О.С.

Утверждаю



Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

20 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 ЯЧНЕВОЙ	180	4,53	3,82	14,59	111,64	0,59
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,06	0,09	6,96	32,87	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,01	2,36	0,02	21,37	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,35	1,17	20,16	96,30	0,90
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	70	1,04	0,35	14,49	66,24	6,90
Итого			455	7,99	7,79	56,22	328,42	8,39
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	5,85	2,80	23,25	141,65	3,55
2015	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	16,65	15,69	23,25	312,27	7,84
2012	367	СОУС СМЕТАННЫЙ №367	45	0,78	5,62	2,28	63,45	0,03
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,45	0,49	19,40	92,12	17,64
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	60	1,52	2,16	5,64	49,12	13,28
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,91	0,39	18,64	89,70	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,60	30,41	0,00
Итого			729	30,16	27,15	100,06	778,72	42,34
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,49	4,77	9,09	101,70	2,70
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	45	1,38	3,69	23,42	132,47	0,11
Итого			225	6,87	8,46	32,51	234,17	2,81
Ужин								
2012	167	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНИЧНАЯ С ФРУКТАМИ	200	5,33	4,22	38,31	213,39	1,17
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,06	0,09	6,96	32,87	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,14	0,00	7,25	30,22	0,62
Итого			420	6,53	4,31	52,52	276,48	1,79
Всего				51,55	47,71	241,31	1 617,79	55,33

Повар _____ Алекса О.С.