

МЕНЮ

21 мая 2025 г.

Ясли 12 часов



Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

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 РИСОВОЙ	150	3,78	4,27	14,40	111,71	0,55
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,65	0,64	11,31	57,64	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	3,39	2,84	11,78	86,98	0,61
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	84	0,33	0,33	8,20	39,30	8,36
Итого			411	9,18	12,21	45,73	333,03	9,52
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,22	2,10	7,52	54,04	4,70
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	8,21	11,40	4,61	153,84	0,37
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	40	0,39	1,60	1,56	22,75	1,47
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,82	3,98	28,18	167,55	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	24	0,19	0,02	0,41	3,12	1,20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,30	0,11	8,53	40,26	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,45	0,33	15,68	75,47	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
Итого			578	18,58	19,54	73,27	544,12	7,74
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	140	4,27	5,69	5,98	92,53	0,00
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	4,04	2,24	23,90	131,74	0,00
Итого			190	8,31	7,93	29,88	224,27	0,00
Ужин								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	120	1,71	5,11	10,82	96,73	5,71
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	0,99	0,08	6,52	30,79	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
Итого			313	2,80	5,19	24,32	155,81	5,73
Всего				38,87	44,87	173,20	1 257,23	22,99

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

21 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 РИСОВОЙ	180	4,53	4,63	16,82	127,85	0,66
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,95	0,76	13,39	68,23	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,06	3,41	13,39	101,44	0,73
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	83	0,33	0,33	8,13	39,00	8,30
Итого			474	10,90	13,26	51,77	373,92	9,69
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,62	2,32	9,88	67,22	6,32
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	13,21	17,77	7,24	241,76	0,59
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0,47	1,83	1,87	26,48	1,76
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,70	4,70	33,30	198,00	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	29	0,23	0,03	0,49	3,77	1,45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,30	0,11	8,53	40,26	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	3,05	0,41	19,56	94,12	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,76	31,04	0,00
Итого			712	25,58	27,17	88,63	702,65	10,12
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	170	5,12	6,83	7,17	111,01	0,00
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	4,86	1,29	32,49	160,83	0,00
Итого			240	9,98	8,12	39,66	271,84	0,00
Ужин								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	150	2,04	5,85	12,98	113,69	6,85
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,30	0,11	8,53	40,26	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,11	0,00	7,99	32,41	0,02
Итого			367	3,45	5,96	29,50	186,36	6,87
Всего				49,91	54,51	209,56	1 534,77	26,68

Повар _____ Алекса О.С.