

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

22 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	4,45	5,37	18,07	139,17	0,56
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	3,17	0,03	28,77	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,08	0,00	4,63	18,78	0,02
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	65	0,26	0,26	6,37	30,55	6,50
Итого			392	6,48	9,45	40,57	275,72	7,08
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,15	3,08	6,74	59,74	5,86
2012	255	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50	6,75	2,10	4,80	65,31	0,14
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,38	1,24	1,97	20,98	0,86
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,29	5,10	28,56	185,30	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,00	0,08	6,56	30,97	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,09	0,28	13,37	64,32	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,04	0,04	5,37	22,21	0,38
Итого			535	17,70	11,92	67,37	448,83	7,24
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,91	4,24	8,13	91,46	0,91
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	20	1,20	3,20	14,60	82,00	0,00
Итого			200	6,11	7,44	22,73	173,46	0,91
Ужин								
2012	189	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	130/30	8,88	10,53	55,32	353,34	0,32
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,00	0,08	6,56	30,97	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,77	4,02	12,67	107,36	0,82
Итого			353	14,65	14,63	74,55	491,67	1,14
Всего				44,94	43,44	205,22	1 389,68	16,37

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

22 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	5,36	6,17	21,26	162,87	0,68
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,96	0,76	13,44	68,50	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,66	0,03	24,15	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,09	0,00	5,84	23,70	0,02
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	65	0,26	0,26	6,35	30,47	6,48
Итого			456	7,69	9,85	46,92	309,69	7,18
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,55	3,96	8,91	78,21	7,82
2012	255	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	9,34	3,02	6,47	90,76	0,19
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,59	1,60	2,84	28,75	1,48
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,42	6,02	33,70	218,65	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,30	0,11	8,52	40,21	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,61	0,35	16,74	80,52	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,05	0,05	10,46	42,66	0,45
Итого			686	22,86	15,11	87,64	579,76	9,94
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,44	4,69	9,01	101,37	1,01
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	50	3,00	8,00	36,50	205,00	0,00
Итого			250	8,44	12,69	45,51	306,37	1,01
Ужин								
2012	189	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	170/30	11,04	11,69	68,17	424,19	0,34
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,30	0,11	8,52	40,21	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,52	2,99	10,43	83,67	0,62
Итого			417	15,86	14,79	87,12	548,07	0,96
Всего				54,85	52,44	267,19	1 743,89	19,09

Повар _____ Алекса О.С.