

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

25 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								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100/30	13,13	13,84	17,19	248,44	0,27
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,66	11,65	59,38	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,85	0,04	34,89	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	5,34	21,76	0,02
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	76	0,30	0,30	7,42	35,58	7,57
Итого			384	15,24	18,65	41,64	400,05	7,86
Обед								
2012	56	БОРЩ	150	1,45	3,35	7,83	67,92	6,75
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60/40	8,89	10,97	11,76	181,76	1,99
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,35	0,40	21,43	102,72	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,25	0,03	0,52	3,99	1,53
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,21	0,29	14,13	67,98	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
Итого			563	16,15	15,04	61,48	447,59	10,27
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,20	3,62	6,95	78,22	0,78
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,31	6,08	27,36	177,33	0,00
Итого			200	8,51	9,70	34,31	255,55	0,78
Ужин								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,32	4,79	19,10	137,26	0,40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,24	0,18	14,72	69,46	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,08	3,40	13,03	99,86	0,73
Итого			359	10,64	8,37	46,85	306,58	1,13
Всего				50,54	51,76	184,28	1 409,77	20,04

Повар

Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

25 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	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130/30	18,16	11,62	20,03	260,77	0,30
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,98	0,77	13,57	69,19	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,70	0,04	33,56	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	6,62	26,82	0,02
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	76	0,30	0,30	7,42	35,59	7,57
Итого			447	20,54	16,39	47,68	425,93	7,89
Обед								
2008	75	БОРЩ	200	1,61	3,01	9,46	72,01	7,93
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	80/40	10,60	13,64	14,35	222,93	2,32
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,87	7,23	31,02	208,83	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,86	6,57	2,53
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	3,14	0,42	20,11	96,75	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,32	29,27	0,00
Итого			717	20,62	24,35	83,12	636,36	12,78
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,60	4,82	9,25	104,16	1,03
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,31	6,08	27,36	177,33	0,00
Итого			250	9,91	10,90	36,61	281,49	1,03
Ужин								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,78	6,43	25,75	184,54	0,53
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,09	0,25	20,33	95,94	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	4,48	3,76	14,21	109,60	0,81
Итого			441	13,35	10,44	60,29	390,08	1,34
Всего				64,42	62,08	227,70	1 733,86	23,04

Повар _____ Алекса О.С.