

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

27 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	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ	130	16,02	13,00	16,79	251,71	1,04
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,71	0,66	11,75	59,89	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	80	1,20	0,40	16,80	76,80	8,00
Итого			388	19,06	18,19	50,42	446,35	9,06
Обед								
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ	150	4,92	3,48	6,24	76,20	6,00
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	9,35	6,06	2,73	103,67	1,76
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,28	3,60	15,64	104,20	7,62
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	2,80	3,23	40,30	1,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,47	0,12	9,68	45,67	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,94	0,26	12,41	59,73	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,53	22,11	0,00
Итого			578	20,51	16,32	55,46	451,88	16,90
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	20	1,20	3,20	14,60	82,00	0,00
Итого			200	6,26	7,57	22,98	176,28	0,94
Ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,42	2,94	13,02	93,00	0,60
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,09	0,09	7,17	33,83	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,03	3,41	12,45	97,60	0,73
Итого			344	8,54	6,44	32,64	224,43	1,33
Всего				54,37	48,52	161,50	1 298,94	28,23

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

27 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	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ	150	18,94	15,18	19,82	296,10	1,24
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,04	0,79	14,01	71,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,35	0,04	39,46	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,09	0,00	6,04	24,53	0,02
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	80	1,20	0,40	16,80	76,80	8,00
Итого			442	22,30	20,72	56,71	508,29	9,26
Обед								
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ	200	6,56	4,64	8,32	101,58	8,00
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	10,36	6,66	3,76	117,20	1,87
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,20	5,57	20,95	145,51	5,16
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	4,53	4,89	63,58	2,29
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,82	0,15	11,97	56,47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,76	0,37	17,65	84,95	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	6,60	26,36	0,00
Итого			736	25,53	21,92	74,14	595,65	17,32
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,63	4,85	9,30	104,70	1,04
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	50	3,00	8,00	36,50	205,00	0,00
Итого			250	8,63	12,85	45,80	309,70	1,04
Ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,56	3,92	17,36	124,00	0,80
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,82	0,15	11,97	56,47	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	4,49	3,78	13,63	107,58	0,81
Итого			424	10,87	7,85	42,96	288,05	1,61
Всего				67,33	63,34	219,61	1 701,69	29,23

Повар _____ Алекса О.С.