

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

27 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,24	5,39	24,15	166,55	0,38
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,55	0,60	10,65	54,27	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,95	0,03	26,71	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	3,28	2,77	11,23	83,76	0,60
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	78	1,17	0,39	16,38	74,88	7,80
Итого			403	11,26	12,10	62,44	406,17	8,78
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,61	3,17	15,38	100,58	2,78
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	9,82	7,49	8,97	142,51	8,44
2008	181	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3,15	3,54	20,76	127,61	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,09	0,09	7,17	33,83	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,18	0,29	13,93	67,02	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			537	19,17	14,62	73,11	501,62	13,22
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	103	3,09	4,12	4,32	66,92	0,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	40	2,36	1,88	30,00	146,40	0,00
Итого			143	5,45	6,00	34,32	213,32	0,00
Ужин								
2012	211	ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ	125	9,26	8,30	25,14	213,62	0,22
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	45	0,91	1,76	4,68	38,30	0,13
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	11	0,82	0,07	5,38	25,37	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	105	0,10	0,00	7,12	28,85	0,02
Итого			286	11,09	10,13	42,32	306,14	0,37
Всего				46,97	42,85	212,19	1 427,25	22,37

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

27 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,31	5,78	29,41	195,49	0,46
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,87	0,72	12,78	65,15	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	2,95	0,03	26,71	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,98	3,33	13,24	99,71	0,71
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	78	1,17	0,39	16,32	74,62	7,77
Итого			467	13,35	13,17	71,78	461,68	8,94
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,60	4,07	20,11	131,59	3,73
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	15,71	11,99	14,36	228,01	13,51
2008	181	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,10	4,60	27,00	166,00	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,34	0,11	8,78	41,44	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	2,74	0,36	17,51	84,27	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,64	30,56	0,00
Итого			699	27,89	21,18	96,25	688,37	19,74
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	137	4,12	5,49	5,77	89,28	0,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,00
Итого			187	7,07	7,84	43,27	272,28	0,00
Ужин								
2012	211	ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ	145	10,59	9,28	29,05	243,59	0,26
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	45	0,92	1,99	4,81	41,05	0,13
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,34	0,11	8,78	41,44	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	115	0,11	0,00	7,87	31,92	0,02
Итого			323	12,96	11,38	50,51	358,00	0,41
Всего				61,27	53,57	261,81	1 780,33	29,09

Повар _____ Алекса О.С.