

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

30 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	150	4,31	3,87	12,20	101,37	0,51
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,66	11,65	59,38	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,95	0,05	44,86	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,72	3,17	10,49	86,28	0,66
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,39	0,39	9,49	45,51	9,68
Итого			418	10,15	13,04	43,88	337,40	10,85
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,36	2,18	10,09	65,68	4,04
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	140	12,11	12,02	5,30	178,96	4,18
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	1,33	3,24	27,10	1,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,27	0,10	8,36	39,47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,16	0,29	13,85	66,63	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,16	20,64	0,00
Итого			530	17,45	15,92	46,00	398,48	9,74
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,16	3,59	6,89	77,48	0,77
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	50	5,41	4,39	30,62	183,62	0,14
Итого			200	9,57	7,98	37,51	261,10	0,91
Ужин								
2012	167	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ С ФРУКТАМИ	150	3,45	6,74	26,33	180,35	0,82
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	0,97	0,08	6,36	29,99	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	5,50	23,37	0,72
Итого			343	4,57	6,82	38,19	233,71	1,54
Всего				41,74	43,76	165,58	1 230,69	23,04

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

30 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 ГРЕЧНЕВОЙ	180	5,08	4,90	14,06	121,29	0,61
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,03	0,78	13,89	70,83	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,44	0,04	40,28	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,38	2,05	20,35	109,96	0,82
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,39	0,39	9,53	45,69	9,72
Итого			482	9,91	12,56	57,87	388,05	11,15
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,76	2,43	12,98	81,29	5,33
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	160	14,53	14,28	6,41	213,52	5,09
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	1,98	4,91	40,67	2,30
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,13	10,37	48,92	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,70	0,36	17,28	83,15	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	6,49	25,94	0,00
Итого			660	21,40	19,18	58,44	493,49	12,72
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,73	4,08	7,84	88,18	0,88
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	70	7,04	6,96	40,61	253,27	0,24
Итого			250	11,77	11,04	48,45	341,45	1,12
Ужин								
2012	167	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ С ФРУКТАМИ	200	4,59	8,09	34,55	230,35	1,14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,13	10,37	48,92	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,15	0,00	6,22	26,26	0,74
Итого			420	6,32	8,22	51,14	305,53	1,88
Всего				49,40	51,00	215,90	1 528,52	26,87

Повар _____ Алекса О.С.