

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

23 декабря 2024 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 (ОВСЯНОЙ)	150	4,09	4,12	12,63	104,55	0,47
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2,04	0,79	13,95	71,11	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,54	0,03	32,06	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,46	2,95	11,05	85,48	0,61
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	70	1,05	0,35	14,70	67,20	7,00
Итого			400	10,66	11,75	52,36	360,40	8,08
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,78	1,69	13,20	75,37	4,34
2008	264	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	75	11,44	11,66	3,53	164,86	1,10
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,26	5,08	28,44	184,53	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,56	1,43	3,29	28,16	1,54
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,36	0,11	8,96	42,29	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,27	0,30	14,53	69,93	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			577	23,67	20,27	78,17	590,01	6,98
Полдник								
2008	435	КЕФИР	150	4,34	3,74	5,99	79,35	1,05
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,55	6,43	28,93	187,50	0,00
Итого			200	8,89	10,17	34,92	266,85	1,05
Ужин								
2012	450	ОЛАДЬИ С ИЗЮМОМ	110/30	7,86	10,67	54,05	344,12	0,34
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	0,98	0,08	6,45	30,45	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,00	6,50	27,04	0,57
Итого			333	8,96	10,75	67,00	401,61	0,91
Всего				52,18	52,94	232,45	1 618,87	17,02

Повар

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна

МЕНЮ

23 декабря 2024 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 (ОВСЯНОЙ)	180	4,91	4,87	15,08	124,54	0,57
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,46	0,95	16,85	85,91	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,54	0,03	32,06	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,33	2,01	19,93	107,70	0,80
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	70	1,05	0,35	14,70	67,20	7,00
Итого			465	10,77	11,72	66,59	417,41	8,37
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,47	2,30	18,12	103,70	5,80
2008	264	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	95	14,31	14,48	3,90	203,28	1,34
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,84	1,86	4,93	39,71	2,31
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,68	0,14	11,03	52,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	2,86	0,38	18,34	88,22	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,65	30,60	0,00
Итого			730	29,56	25,16	97,57	735,56	9,45
Полдник								
2008	435	КЕФИР	200	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	50	2,74	2,19	34,88	170,23	0,00
Итого			250	8,74	2,39	42,88	232,23	2,00
Ужин								
2012	450	ОЛАДЫ С ИЗЮМОМ	140/30	15,06	17,60	100,13	619,20	0,34
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,68	0,14	11,03	52,05	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,13	0,00	7,29	30,32	0,60
Итого			392	16,87	17,74	118,45	701,57	0,94
Всего				65,94	57,01	325,49	2 086,77	20,76

Повар _____ Алекса О.С. / Дерновая Н.В.