

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

26 ноября 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								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННОЙ	150	3,54	2,94	13,21	93,83	0,38
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,95	0,05	44,88	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	3,34	2,79	10,71	82,07	0,60
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,37	0,37	9,14	43,85	9,33
Итого			420	9,16	11,78	45,96	330,13	10,31
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	150	1,70	3,53	10,84	82,38	5,02
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	9,54	10,27	2,67	141,09	0,49
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,33	4,80	15,67	115,24	7,59
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,62	2,95	2,76	40,39	5,93
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,06	0,06	6,19	25,80	0,57
Итого			560	16,90	21,96	55,09	486,48	19,60
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,98	4,30	8,25	92,71	0,92
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	20	1,06	0,85	13,50	65,88	0,00
Итого			200	6,04	5,15	21,75	158,59	0,92
Ужин								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	115/30	19,50	15,63	26,46	327,99	0,45
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	29	2,18	0,58	13,98	71,34	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	5,97	24,18	0,02
Итого			354	21,76	16,21	46,41	423,51	0,47
Всего				53,86	55,10	169,21	1 398,71	31,30

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

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

26 ноября 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								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕННОЙ	180	4,23	3,84	15,77	115,19	0,46
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,20	0,85	15,07	76,79	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,74	0,05	42,99	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,35	1,17	20,16	96,30	0,90
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,37	0,37	9,10	43,66	9,29
Итого			484	8,18	10,97	60,15	374,93	10,65
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	200	2,24	5,25	13,61	111,24	6,62
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	90	11,98	13,00	3,34	178,26	0,61
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,73	4,95	18,53	129,84	9,00
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,89	3,96	4,06	55,99	8,68
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,35	0,45	21,44	103,15	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,07	0,07	12,00	49,22	0,65
Итого			710	21,26	27,68	72,98	627,70	25,56
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,98	5,19	9,90	110,74	2,94
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	40	2,59	2,06	32,93	160,70	0,00
Итого			240	8,57	7,25	42,83	271,44	2,94
Ужин								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	135/30	22,37	18,79	28,00	374,67	0,32
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	48	3,63	0,97	23,32	119,04	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,11	0,00	7,11	28,85	0,02
Итого			413	26,11	19,76	58,43	522,56	0,34
Всего				64,12	65,66	234,39	1 796,63	39,49

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