

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

11 марта 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	4,26	3,68	12,39	100,25	0,52
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,83	0,71	12,56	64,04	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,58	0,04	41,56	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,09	0,00	8,82	36,10	0,44
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	70	0,29	0,29	7,00	33,56	7,14
Итого			399	6,50	9,26	40,81	275,51	8,10
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,25	3,60	11,26	91,57	3,75
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	55	8,62	7,91	0,87	108,95	0,00
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	2,97	0,35	18,99	91,07	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	26	0,20	0,03	0,43	3,32	1,28
к/к	к/к	ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	17	1,25	0,33	8,03	41,00	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	10,76	42,99	0,00
Итого			498	16,29	12,22	50,34	378,90	5,03
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	140	3,97	3,42	6,57	73,91	0,73
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,59	2,99	27,09	151,39	0,00
Итого			190	7,56	6,41	33,66	225,30	0,73
Ужин								
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	30	3,45	6,13	0,69	71,80	0,84
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,16	4,87	17,43	122,47	8,80
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	35	1,05	0,07	2,18	13,46	1,39
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	13	1,00	0,27	6,43	32,80	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,87	0,17	17,62	75,01	3,49
Итого			368	8,53	11,51	44,35	315,54	14,52
Всего				38,88	39,40	169,16	1 195,25	28,38

Повар _____ Алекса О.С.



Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

11 марта 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	5,21	4,79	15,17	125,26	0,62
2003	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,15	0,83	14,73	75,11	0,00
2003	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,22	0,04	38,23	0,00
К/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,11	0,00	10,04	41,14	0,51
2003		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	70	0,28	0,28	6,97	33,42	7,11
Итого			464	7,78	10,12	46,95	313,16	8,24
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,16	4,69	14,64	118,72	4,95
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	75	11,57	11,02	1,67	152,03	0,01
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	3,54	3,09	20,15	122,97	0,00
К/к	К/к	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	42	0,34	0,04	0,71	5,45	2,09
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	21	1,56	0,42	10,01	51,11	0,00
К/к	К/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	12,05	48,15	0,00
Итого			638	21,17	19,26	59,23	498,43	7,05
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,75	4,09	7,87	88,46	0,88
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	5,08	4,24	38,42	214,67	0,00
Итого			250	9,83	8,33	46,29	303,13	0,88
Ужин								
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	40	4,36	7,57	0,79	88,96	0,96
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,57	3,89	20,81	128,75	10,51
К/к	К/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	43	1,31	0,09	2,75	16,88	1,74
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	21	1,56	0,42	10,01	51,11	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,97	0,19	19,56	83,28	3,87
Итого			434	10,77	12,16	53,92	368,98	17,08
Всего				49,55	49,87	206,39	1 483,70	33,25

Повар _____ Алекса О.С.