

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

14 января 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	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	16,48	13,85	26,00	297,34	0,42
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,65	0,64	11,31	57,64	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,76	2,33	8,16	65,42	0,47
Итого			297	20,92	20,95	45,51	457,80	0,89
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,48	2,18	11,40	71,32	3,83
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	9,46	8,43	2,14	122,05	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	1,81	3,05	11,83	82,21	5,70
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	1,98	3,24	32,92	1,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,37	0,11	9,03	42,63	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,12	0,28	13,56	65,27	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
Итого			560	16,79	16,03	57,01	439,62	11,05
Полдник								
2008	435	КЕФИР	140	3,92	3,38	5,41	71,67	0,95
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	50	5,52	5,21	29,80	188,12	0,15
Итого			190	9,44	8,59	35,21	259,79	1,10
Ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,42	2,94	13,02	93,00	0,60
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,07	0,09	7,03	33,15	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
Итого			344	4,59	3,03	26,06	150,57	0,62
Всего				51,74	48,60	163,79	1 307,78	13,66

Повар _____

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

14 января 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	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	140	19,50	16,24	28,63	342,19	0,4
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,95	0,76	13,40	68,28	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,50	0,04	40,80	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,23	2,74	9,68	77,05	0,56
Итого			351	24,71	24,24	51,75	528,32	1,01
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	1,94	2,48	14,92	89,95	5,12
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	90	11,81	10,62	2,26	151,57	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,48	4,32	16,24	112,80	4,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,82	3,98	4,85	58,35	2,27
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,73	0,14	11,35	53,58	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,00	0,40	19,18	92,30	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	6,64	26,58	0,00
Итого			718	21,78	21,94	75,44	585,13	11,39
Полдник								
2008	435	КЕФИР	160	4,70	4,05	6,48	85,86	1,13
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	70	7,11	9,35	41,18	277,26	0,25
Итого			230	11,81	13,40	47,66	363,12	1,38
Ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,56	3,92	17,36	124,00	0,80
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,73	0,14	11,35	53,58	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,11	0,00	6,86	27,92	0,02
Итого			423	6,40	4,06	35,57	205,50	0,82
Всего				64,70	63,64	210,42	1 682,07	14,60

Повар

Алекса О.С. / Дерновая Н.В.