

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
18 февраля 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 ПШЕННОЙ	150	3,97	4,06	15,43	114,58	0,45
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,95	0,75	13,36	68,12	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,95	0,05	44,88	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,90	2,33	11,32	78,47	0,50
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,32	44,68	9,51
Итого			426	9,23	12,47	49,48	350,73	10,46
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	150	1,63	4,51	11,21	92,52	4,70
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	75	11,04	10,74	2,82	152,08	0,54
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,23	3,90	15,48	106,26	7,56
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,62	3,92	3,71	53,05	6,09
2008		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,40	9,64	49,20	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,38	0,32	15,26	73,43	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			581	19,40	23,79	63,93	549,76	18,89
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	5,21	4,49	7,19	95,25	1,26
	К/К	ЗЕФИР	20	0,16	0,02	15,96	65,20	0,00
Итого			200	5,37	4,51	23,15	160,45	1,26
Ужин								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	140/30	13,61	14,90	41,01	354,38	0,34
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,07	0,09	7,03	33,15	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,16	0,00	6,19	26,25	0,79
Итого			364	14,84	14,99	54,23	413,78	1,13
Всего				48,84	55,76	190,79	1 474,72	31,74

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

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
18 февраля 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 ПШЕННОЙ	180	4,50	4,21	15,35	117,89	0,53
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,18	0,84	14,96	76,25	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,49	0,03	31,65	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,64	3,04	15,00	102,71	0,65
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,36	44,87	9,55
Итого			489	10,72	11,96	54,70	373,37	10,73
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	200	2,18	4,71	13,06	104,07	6,37
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	95	13,80	13,90	3,45	193,95	0,67
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	125	2,62	4,00	18,32	120,06	8,96
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,92	5,65	4,16	71,92	8,93
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	24	1,83	0,49	11,74	59,92	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,90	0,39	18,59	89,43	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,20	28,78	0,00
Итого			728	24,25	29,14	76,52	668,13	24,93
Полдник								
2008	435	КЕФИР	200	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
	К/К	ЗЕФИР	50	0,40	0,05	39,90	163,00	0,00
Итого			250	6,40	0,25	47,90	225,00	2,00
Ужин								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	170/30	15,81	16,41	48,34	406,61	0,36
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,69	0,14	11,13	52,52	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,17	0,01	6,85	29,00	0,87
Итого			422	17,67	16,56	66,32	488,13	1,23
Всего				59,04	57,91	245,44	1 754,63	38,89

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