

/Юрченко Наталья Васильевна/

/Юрченко Наталья Васильевна/

21 апреля 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	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	125	12,10	18,22	2,16	221,00	0,16
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,63	0,63	11,14	56,77	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,75	0,03	24,93	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,18	1,79	7,93	57,05	0,38
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	50	0,76	0,25	10,66	48,72	5,08
Итого			352	16,69	23,64	31,92	408,47	5,62
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,19	3,33	7,21	64,16	5,27
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/35	7,85	10,68	9,68	166,22	1,27
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	4,38	3,61	25,61	152,26	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,37	0,32	15,19	73,08	0,00
2018	168	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	7,27	29,03	0,00
Итого			521	15,79	17,94	64,96	484,75	6,54
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,38	3,78	7,26	81,64	0,81
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	25	4,11	5,80	26,10	169,17	0,00
Итого			175	8,49	9,58	33,36	250,81	0,81
Ужин								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	4,46	4,96	18,11	135,71	0,58
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,23	0,18	14,64	69,07	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,89	4,12	14,88	117,51	0,83
Итого			355	11,58	9,26	47,63	322,29	1,41
Всего				52,55	60,42	177,87	1 466,32	14,38

Повар	Алекса О.С.
-------	-------------

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/



МЕНЮ

21 апреля 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	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	145	14,14	21,83	2,51	263,31	0,19
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,95	0,75	13,34	67,99	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,75	0,03	24,93	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,61	2,15	11,27	75,51	0,46
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	50	0,77	0,26	10,73	49,04	5,11
Итого			406	19,49	27,74	37,88	480,78	5,76
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,61	4,06	9,96	83,63	7,14
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70/50	9,74	13,18	11,66	204,39	1,72
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,70	4,70	33,30	198,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,97	0,39	19,03	91,54	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,45	37,78	0,00
Итого			675	20,02	22,33	83,40	615,34	8,86
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,04	5,25	10,00	111,87	2,97
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,11	5,80	26,10	169,17	0,00
Итого			250	10,15	11,05	36,10	281,04	2,97
Ужин								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	5,92	6,89	24,37	184,07	0,77
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,95	0,24	19,41	91,63	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,62	3,07	12,98	94,91	0,63
Итого			440	12,49	10,20	56,76	370,61	1,40
Всего				62,15	71,32	214,14	1 747,77	18,99

Повар _____ Алекса О.С.