

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

25 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ОВСЯНОЙ)	150	4,61	4,84	13,98	118,51	0,55
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,64	0,63	11,21	57,16	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,50	0,04	40,80	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,02	3,43	12,56	98,14	0,70
108		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	0,25	0,25	6,20	29,71	6,32
Итого			387	10,55	13,65	43,99	344,32	7,57
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,31	2,00	9,73	62,42	4,04
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	15,33	16,21	11,04	253,47	17,93
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	1,81	3,26	31,41	1,53
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,35	0,31	15,03	72,31	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	7,04	28,15	0,00
Итого			545	21,07	20,45	56,14	495,12	23,50
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,42	3,81	7,32	82,44	0,82
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40	2,03	0,76	22,55	105,29	0,07
Итого			190	6,45	4,57	29,87	187,73	0,89
Ужин								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	8,37	10,62	24,29	227,43	0,06
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,13	0,00	7,34	30,36	0,46
Итого			330	8,50	10,62	31,63	257,79	0,52
Всего				46,57	49,29	161,63	1 284,96	32,48

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/



МЕНЮ

25 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ОВСЯНОЙ)	180	5,42	5,57	16,07	136,92	0,65
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,98	0,76	13,55	69,07	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,32	0,04	39,14	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,48	2,14	21,20	114,57	0,86
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	0,25	0,25	6,23	29,87	6,36
Итого			451	10,16	13,04	57,09	389,57	7,87
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,80	2,90	13,27	86,77	5,33
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	170	15,57	15,92	6,35	232,40	5,32
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,82	2,43	4,84	44,41	2,27
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,93	0,16	12,72	60,03	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,93	0,39	18,78	90,36	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	8,44	33,76	0,00
Итого			679	23,05	21,80	64,40	547,73	12,92
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,10	5,30	10,10	113,00	3,00
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	50	2,46	0,92	27,14	126,77	0,03
Итого			250	8,56	6,22	37,24	239,77	3,03
Ужин								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	8,25	10,35	23,98	223,19	0,06
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,16	0,00	7,98	33,02	0,46
Итого			400	8,41	10,35	31,96	256,21	0,52
Всего				50,18	51,41	190,69	1 433,28	24,34

Повар _____ Алекса О.С.