

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

2 декабря 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 ЯЧНЕВОЙ	150	3,58	3,39	12,80	96,53	0,43
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,56	0,60	10,68	54,41	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,44	0,04	40,28	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,73	1,42	6,11	44,43	0,30
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	57	0,85	0,28	11,87	54,27	5,65
Итого			382	7,75	10,13	41,50	289,92	6,38
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,57	1,01	11,96	63,40	3,98
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	50	8,91	9,50	0,51	123,02	0,00
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	40	0,37	1,23	1,49	19,08	1,31
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,32	3,13	7,47	68,72	20,21
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	26	0,21	0,03	0,44	3,40	1,31
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,12	0,09	7,33	34,61	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,21	20,85	0,00
Итого			561	16,49	15,25	47,13	394,27	26,81
Полдник								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,37	1,96	6,47	53,68	0,37
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	50	4,06	4,88	24,55	158,14	0,02
Итого			200	6,43	6,84	31,02	211,82	0,39
Ужин								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	2,69	4,31	16,45	116,50	12,60
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,12	0,09	7,33	34,61	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,09	0,00	6,14	24,93	0,02
Итого			345	3,90	4,40	29,92	176,04	12,62
Всего				34,57	36,62	149,57	1 072,05	46,20

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

2 декабря 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 ЯЧНЕВОЙ	180	4,24	4,05	14,85	113,54	0,5
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,86	0,72	12,73	64,89	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,08	1,70	8,08	56,37	0,36
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	57	0,85	0,28	11,88	54,30	5,66
Итого			447	9,06	10,88	47,58	326,50	6,53
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2,11	1,70	15,94	87,70	5,27
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	70	12,20	13,01	0,70	168,42	0,00
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0,47	1,77	1,93	26,16	1,69
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,72	4,28	12,03	103,83	31,30
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,25	0,03	0,53	4,02	1,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,43	0,12	9,39	44,34	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,47	0,33	15,82	76,13	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	6,19	24,75	0,00
Итого			736	22,65	21,24	62,53	535,35	39,81
Полдник								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,63	2,22	8,36	64,53	0,44
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	70	5,03	5,75	34,13	208,20	0,02
Итого			250	7,66	7,97	42,49	272,73	0,46
Ужин								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	3,27	5,67	20,38	147,04	15,15
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,43	0,12	9,39	44,34	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	6,40	25,98	0,02
Итого			400	4,80	5,79	36,17	217,36	15,17
Всего				44,17	45,88	188,77	1 351,94	61,97

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.