

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

5 сентября 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	5,37	4,26	18,61	135,14	0,66
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,27	0,88	15,56	79,30	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,86	0,03	25,93	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,09	3,42	14,93	107,82	0,73
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,40	0,40	9,71	46,56	9,91
Итого			485	12,15	11,82	58,84	394,75	11,30
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,82	2,17	11,16	71,77	6,40
	25	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	75	18,93	23,02	4,03	299,17	2,70
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,70	4,70	33,30	198,00	0,00
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,58	2,54	2,20	34,88	4,17
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,62	0,13	10,64	50,21	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	3,02	0,40	19,33	93,01	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,42	37,67	0,00
Итого			712	31,67	32,96	90,08	784,71	13,27
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,16	5,35	10,20	114,13	3,03
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			240	6,16	5,35	10,20	114,13	3,03
Ужин								
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	3,42	11,37	21,22	202,58	22,14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,22	0,10	8,03	37,89	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,08	0,00	9,58	38,63	0,02
Итого			416	4,72	11,47	38,83	279,10	22,16
Всего				54,70	61,60	197,95	1 572,69	49,76

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/



МЕНЮ

5 сентября 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	4,72	4,39	18,19	131,82	0,55
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,95	0,75	13,36	68,12	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,30	0,03	29,92	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	3,52	2,86	12,34	90,00	0,61
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,39	0,39	9,66	46,34	9,86
Итого			421	10,60	11,69	53,58	366,20	11,02
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,29	2,11	7,99	56,32	4,73
	25	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	60	15,55	18,70	4,82	249,81	2,17
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,82	3,98	28,18	167,55	0,00
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,41	2,00	1,53	26,34	2,89
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,22	0,10	8,03	37,89	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	7,74	30,96	0,00
Итого			562	25,67	27,21	73,55	642,30	9,79
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			200	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
Ужин								
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,64	9,01	18,29	166,01	16,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,07	0,09	7,03	33,15	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	9,84	39,66	0,02
Итого			344	3,79	9,10	35,16	238,82	16,02
Всего				45,12	52,37	170,67	1 341,60	37,77

Повар _____ Алекса О.С.