

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

7 августа 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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	4,96	7,53	19,84	167,78	0,66
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,90	0,74	13,04	66,48	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,49	2,04	9,69	67,60	0,44
к/к		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	82	0,33	0,33	8,02	38,48	8,19
Итого			472	9,71	14,77	50,63	377,74	9,29
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,88	4,08	9,30	82,39	16,15
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	8,89	10,51	6,11	154,35	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,23	4,29	22,89	143,45	11,24
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,56	3,60	2,12	43,89	3,94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,35	0,11	8,91	42,04	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,81	0,37	18,02	86,68	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,50	29,99	0,00
Итого			700	18,72	22,96	74,85	582,79	31,33
Полдник								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	180	3,62	2,72	5,43	86,92	1,27
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	40	1,37	3,64	16,61	93,28	0,00
Итого			220	4,99	6,36	22,04	180,20	1,27
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150/30	17,34	16,09	36,22	361,90	0,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,35	0,11	8,91	42,04	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,74	31,41	0,02
Итого			398	18,81	16,20	52,87	435,35	0,54
Всего				52,23	60,29	200,39	1 576,08	42,43

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

7 августа 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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	4,34	6,85	18,77	154,72	0,56
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,63	0,63	11,14	56,77	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,13	1,70	8,96	60,14	0,36
08		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	82	0,33	0,33	8,05	38,61	8,22
Итого			409	8,46	13,64	46,96	347,64	9,14
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,25	2,83	6,32	55,94	11,74
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	55	6,81	8,75	4,99	125,76	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,75	3,50	19,49	120,65	9,57
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,37	1,68	1,37	22,52	2,63
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,02	0,08	6,69	31,58	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,21	0,29	14,13	67,99	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	6,45	25,80	0,00
Итого			551	14,41	17,13	59,44	450,24	23,94
Полдник								
08		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	130	2,87	2,15	4,31	68,90	1,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	20	1,10	2,93	13,38	75,17	0,00
Итого			150	3,97	5,08	17,69	144,07	1,00
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	110/30	14,13	14,14	32,65	316,65	0,45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,02	0,08	6,69	31,58	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,65	26,99	0,02
Итого			333	15,25	14,22	45,99	375,22	0,47
Всего				42,09	50,07	170,08	1 317,17	34,55

Повар _____ Алекса О.С.