

Утверждаю



Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

9 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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	4,94	6,91	21,06	167,11	0,62
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,73	0,67	11,86	60,44	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,63	0,04	32,91	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,34	1,91	9,72	65,99	0,41
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	67	1,01	0,34	14,17	64,78	6,75
Итого			455	10,04	13,46	56,85	391,23	7,78
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,92	4,08	9,36	82,77	16,50
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	10,82	12,28	5,59	176,05	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,14	4,03	22,34	138,63	10,98
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	55	0,84	2,43	4,51	43,42	2,18
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,41	0,11	9,30	43,89	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,93	0,39	18,76	90,29	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,61	30,45	0,00
Итого			703	21,06	23,32	77,47	605,50	29,66
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,37	4,66	8,89	99,44	2,64
	К/К	ЗЕФИР	20	0,08	0,01	7,87	32,17	0,00
Итого			200	5,45	4,67	16,76	131,61	2,64
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150/30	20,16	17,09	37,94	389,76	0,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,41	0,11	9,30	43,89	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,16	0,00	7,35	30,76	0,71
Итого			399	21,73	17,20	54,59	464,41	1,26
Всего				58,28	58,65	205,67	1 592,75	41,34

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

9 сентября 2025 г.

Если 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	4,13	5,67	17,56	138,46	0,5
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,09	0,03	28,05	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,99	1,61	8,57	57,16	0,34
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	67	1,01	0,34	14,15	64,68	6,74
Итого			392	8,65	11,29	50,59	340,75	7,59
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,19	2,15	5,94	48,26	11,95
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,24	9,22	4,37	133,21	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,63	3,78	18,75	119,85	9,22
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	35	0,54	1,27	3,01	25,91	1,45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,05	0,09	6,90	32,56	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	7,27	29,03	0,00
Итого			554	15,97	16,82	61,08	460,21	22,62
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,43	3,82	7,33	82,50	0,82
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	25	2,13	3,00	13,50	87,50	0,00
Итого			175	6,56	6,82	20,83	170,00	0,82
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	115/30	15,71	13,45	31,91	314,46	0,48
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,05	0,09	6,90	32,56	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,14	0,00	6,39	26,87	0,74
Итого			339	16,90	13,54	45,20	373,89	1,22
Всего				48,08	48,47	177,70	1 344,85	32,25

Повар _____ Алекса О.С.