



МЕНЮ
12 августа 2025 г.

Сад 12 часов

Заведующий
МБ ДОУ № 30
Юрченко Наталья Васильевна.

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								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,59	7,11	18,51	161,10	0,62
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,64	0,64	11,26	57,38	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,34	0,03	30,29	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,34	1,92	9,55	65,34	0,41
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	79	1,19	0,40	16,69	76,30	7,95
Итого			466	10,78	13,41	56,04	390,41	8,98
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,87	4,12	9,04	81,76	16,75
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	11,01	12,41	5,24	176,56	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,02	3,86	21,30	132,25	10,44
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,57	3,52	2,18	43,49	4,06
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,33	0,11	8,77	41,37	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,77	0,37	17,71	85,20	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,72	30,87	0,00
Итого			704	20,57	24,39	71,96	591,50	31,25
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,37	4,66	8,89	99,44	2,64
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,21	5,95	26,77	173,52	0,00
Итого			230	9,58	10,61	35,66	272,96	2,64
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	140/30	17,20	15,15	36,13	352,79	0,50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,33	0,11	8,77	41,37	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,15	0,00	7,23	30,38	0,78
Итого			387	18,68	15,26	52,13	424,54	1,28
Всего				59,61	63,67	215,79	1 679,41	44,15

Повар _____ Алекса О.С.

МЕНЮ

12 августа 2025 г.

Ясли 12 часов



Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30
/Юрченко Наталья Васильевна/

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								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,67	5,56	15,29	130,41	0,52
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,42	0,55	9,71	49,49	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,67	0,04	33,24	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,98	1,62	7,99	54,87	0,35
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	80	1,20	0,40	16,82	76,90	8,01
Итого			404	9,29	11,80	49,85	344,91	8,88
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,17	1,92	5,76	45,34	11,42
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	55	8,38	9,09	3,88	130,71	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,55	3,45	17,99	113,38	8,83
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,39	2,21	1,42	27,60	2,67
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	15,72	17,04	56,32	442,40	22,92
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,92	3,38	6,49	72,96	0,72
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,21	5,95	26,77	173,52	0,00
Итого			200	8,13	9,33	33,26	246,48	0,72
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	105/30	13,42	11,88	31,28	288,06	0,44
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,02	0,08	6,69	31,58	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	6,81	28,68	0,77
Итого			328	14,59	11,96	44,78	348,32	1,21
Всего				47,73	50,13	184,21	1 382,11	33,73

Повар _____ Алекса О.С.