

Утверждаю



Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

13 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	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ОВСЯНОЙ	180	4,07	4,04	14,12	109,74	0,46
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,05	0,79	14,07	71,72	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,13	0,00	11,21	46,22	0,79
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	79	0,32	0,32	7,75	37,18	7,91
Итого			471	6,60	9,28	47,19	302,26	9,16
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,32	2,68	15,00	102,77	5,01
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	12,15	11,61	1,86	160,47	0,01
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
2012	49	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ И СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,91	1,76	5,20	40,74	8,94
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	2,73	0,36	17,49	84,13	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	13,07	52,25	0,00
Итого			691	27,51	22,41	86,22	658,36	13,96
Полдник								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,00
Итого			250	3,95	2,55	57,30	269,00	4,00
Ужин								
2008	142	ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ	200	3,47	7,13	19,14	156,44	18,91
2008	К/К	ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	34	2,56	0,68	16,45	83,95	0,00
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	1,92	2,13	14,51	85,11	0,10
Итого			434	7,95	9,94	50,10	325,50	19,01
Всего				46,01	44,18	240,81	1 555,12	46,13

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю



Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

13 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ОВСЯНОЙ	150	4,77	4,32	15,22	119,59	0,54
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,75	0,68	11,99	61,13	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,58	0,04	41,56	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,13	0,00	9,97	41,10	0,67
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	79	0,32	0,32	7,76	37,23	7,92
Итого			407	7,00	9,90	44,98	300,61	9,13
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,25	2,52	11,30	82,05	3,77
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	8,95	8,37	0,91	114,70	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,26	5,08	28,44	184,53	0,00
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,56	1,16	2,77	24,01	5,78
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	11,83	47,30	0,00
Итого			543	21,23	17,42	69,38	520,58	9,55
Полдник								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,92	0,18	18,63	79,31	3,69
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	20	1,18	0,94	15,00	73,20	0,00
Итого			200	2,10	1,12	33,63	152,51	3,69
Ужин								
2008	142	ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ	150	2,93	5,77	16,11	129,64	14,64
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	30	2,25	0,60	14,46	73,80	0,00
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	1,74	1,92	13,14	76,97	0,09
Итого			360	6,92	8,29	43,71	280,41	14,73
Всего				37,25	36,73	191,70	1 254,11	37,10

Повар _____ Алекса О.С.