

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

13 ноября 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	4,02	4,07	11,36	98,79	0,55
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,69	0,65	11,57	58,95	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	145	4,39	3,65	12,59	101,91	0,70
Итого			322	10,13	12,50	35,56	297,05	1,25
Обед								
2008	107	СУП С КРУПОЙ	250	2,74	4,34	19,25	127,29	1,46
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	135	13,55	16,68	48,14	243,90	14,88
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,54	2,47	3,20	37,09	1,50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,15	0,29	13,78	66,29	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			627	20,51	23,90	101,68	550,96	17,84
Полдник								
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	20	1,18	0,94	15,00	73,20	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,44	3,83	7,35	82,73	0,82
Итого			170	5,62	4,77	22,35	155,93	0,82
Ужин								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,31	4,13	18,90	130,54	0,40
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,01	6,41	27,13	0,86
2008	К/К	ХЛЕБ прибрежный йодированный	35	2,63	0,70	16,87	86,10	0,00
Итого			365	7,09	4,84	42,18	243,77	1,26
Всего				43,35	46,01	201,77	1 247,71	21,17

Повар _____

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.



Заведующий
МБ ДОУ № 30
/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

13 ноября 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 ОВСЯНОЙ	180	4,86	5,19	13,22	119,88	0,66
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,06	0,79	14,09	71,81	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,17	0,04	37,85	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	175	2,51	2,16	21,43	115,78	0,86
Итого			387	9,46	12,31	48,78	345,32	1,52
Обед								
2008	107	СУП С КРУПОЙ	250	2,76	4,38	19,45	128,52	1,44
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	160	17,80	21,31	61,91	311,44	18,75
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	3,53	4,87	54,45	2,28
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,58	59,35	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	2,73	0,36	17,48	84,10	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	8,36	33,44	0,00
Итого			716	26,03	29,74	124,65	671,30	22,47
Полдник								
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,58	8,80	98,97	0,98
Итого			230	8,27	6,93	46,30	281,97	0,98
Ужин								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,77	6,89	25,89	189,31	0,53
2008		ХЛЕБ прибрежный йодированный	25	1,88	0,50	12,08	61,65	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,17	0,01	7,93	33,38	0,91
Итого			425	7,82	7,40	45,90	284,34	1,44
Всего				51,58	56,38	265,63	1 582,93	26,41

Повар _____ Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.