

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

14 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,10	3,53	15,62	111,55	0,72
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,08	0,81	14,29	72,82	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,39	0,04	39,83	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,09	0,00	6,73	27,26	0,02
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	0,40	0,40	9,72	46,64	9,92
Итого			473	6,70	9,13	46,40	298,10	10,66
Обед								
2008	81	БОРЩ ВОЛЫНСКИЙ	200	2,54	4,23	9,20	87,27	23,06
2012	252	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	11,41	9,86	3,54	149,00	0,14
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,47	6,05	22,74	157,92	5,60
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	5,22	4,90	69,80	2,30
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,63	0,13	10,69	50,44	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,81	0,37	18,00	86,62	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	6,92	27,65	0,00
Итого			733	22,69	25,86	75,99	628,70	31,10
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	5,16	4,45	7,12	94,30	1,25
		ПАСТИЛА	25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			205	5,16	4,45	7,12	94,30	1,25
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ	130/40	17,57	13,37	16,50	260,30	0,53
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,63	0,13	10,69	50,44	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,16	0,01	6,92	29,25	0,90
Итого			391	19,36	13,51	34,11	339,99	1,43
Всего				53,91	52,95	163,62	1 361,09	44,44

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

14 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,42	2,94	13,02	93,00	0,60
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,77	0,69	12,15	61,93	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,50	0,04	40,80	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,11	0,00	5,50	22,43	0,02
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	0,40	0,40	9,72	46,64	9,92
Итого			409	5,73	8,53	40,43	264,80	10,54
Обед								
2008	81	БОРЩ ВОЛЫНСКИЙ	150	1,89	3,03	6,91	64,24	15,75
2012	252	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	9,53	7,84	4,26	126,11	0,12
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,50	3,71	17,13	112,16	8,34
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	3,56	3,23	47,11	1,51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,32	0,11	8,67	40,91	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	6,16	24,63	0,00
Итого			577	17,78	18,51	59,08	476,35	25,72
Полдник								
2008	435	КЕФИР	160	4,63	3,99	6,39	84,68	1,12
		ПАСТИЛА	10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			170	4,63	3,99	6,39	84,68	1,12
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ	110/30	15,20	11,10	14,40	221,34	0,45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	0,97	0,08	6,39	30,14	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	6,53	27,56	0,80
Итого			333	16,32	11,18	27,32	279,04	1,25
Всего				44,46	42,21	133,22	1 104,87	38,63

Повар _____ Алекса О.С.