

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

22 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	180	4,60	4,68	14,10	117,67	0,66
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,13	3,40	18,85	123,49	0,73
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	46,99	10,00
Итого			495	11,41	13,48	58,21	404,15	11,39
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,75	4,10	10,65	86,88	6,40
	25	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	75	19,26	25,50	3,77	321,81	2,54
2012	415	КАША РИСОВАЯ	130	1,91	2,78	20,01	112,72	0,00
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,57	3,55	2,13	43,53	4,01
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,61	0,13	10,61	50,07	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	3,03	0,40	19,38	93,24	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,20	0,20	27,90	115,00	2,00
Итого			732	28,33	36,66	94,45	823,25	14,95
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,10	5,30	10,10	113,00	3,00
		ПАСТИЛА	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			250	6,10	5,30	10,10	113,00	3,00
Ужин								
2008	142	ОВОЩНОЕ РАГУ С КАБАЧКАМИ	145	2,39	10,29	16,24	168,67	28,83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,32	0,11	8,67	40,91	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	14,21	57,29	0,02
Итого			362	3,83	10,40	39,12	266,87	28,85
Всего				49,67	65,84	201,88	1 607,27	58,19

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

22 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 ЯЧНЕВОЙ	150	3,85	4,14	11,50	99,25	0,55
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,91	0,74	13,08	66,69	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,50	0,04	40,80	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,45	3,69	16,26	117,30	0,70
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
Итого			430	10,64	13,47	50,68	371,05	11,25
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,34	2,81	8,21	63,81	4,81
	25	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	60	15,38	20,66	2,93	259,42	2,08
2012	415	КАША РИСОВАЯ	120	1,73	3,15	18,09	107,65	0,00
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,38	2,70	1,42	31,97	2,66
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,32	0,11	8,67	40,91	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,41	0,32	15,41	74,17	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	17,85	73,68	1,22
Итого			573	22,68	29,87	72,58	651,61	10,77
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
		ПАСТИЛА	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			200	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
Ужин								
2008	142	ОВОЩНОЕ РАГУ С КАБАЧКАМИ	145	2,40	10,29	16,24	168,72	29,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	0,97	0,08	6,39	30,14	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	175	0,11	0,00	12,54	50,57	0,02
Итого			333	3,48	10,37	35,17	249,43	29,15
Всего				41,86	58,08	166,81	1 366,37	52,11

Повар _____ Алекса О.С.