

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

26 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	4,89	8,34	18,36	168,99	0,70
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,61	0,62	11,04	56,25	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,82	2,18	15,40	93,14	0,47
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	20,99	95,95	10,00
Итого			486	10,85	15,77	65,83	451,73	11,17
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,51	4,01	7,11	71,19	15,13
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	50	0,50	3,66	1,82	43,29	4,44
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	11,27	12,63	5,13	179,02	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,72	4,56	18,53	126,36	9,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	48	3,16	0,42	20,26	97,48	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	13,95	55,78	0,00
Итого			703	20,69	25,40	76,84	620,48	28,57
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,10	5,30	10,10	113,00	3,00
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,12	5,82	26,19	169,75	0,00
Итого			250	10,22	11,12	36,29	282,75	3,00
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	160/30	21,81	19,74	34,68	407,73	0,67
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,17	0,01	12,92	53,35	0,91
Итого			410	23,51	19,87	57,64	508,44	1,58
Всего				65,27	72,16	236,60	1 863,40	44,32

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

26 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	4,11	6,49	15,69	138,33	0,58
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,42	0,55	9,71	49,49	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	4,58	0,04	41,56	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,86	2,18	15,61	94,10	0,47
2008		БАНАН	100	1,50	0,50	21,07	96,32	10,03
Итого			455	9,92	14,30	62,12	419,80	11,08
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,05	2,79	4,92	49,19	10,98
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	30	0,33	2,21	1,20	26,74	2,93
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	55	8,52	9,22	3,88	132,47	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,31	4,33	15,72	111,31	7,63
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,19	0,10	7,81	36,84	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,57	0,34	16,49	79,32	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			550	15,97	18,99	61,85	483,17	21,54
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	151	4,44	3,83	7,36	82,81	0,82
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,12	5,82	26,19	169,75	0,00
Итого			201	8,56	9,65	33,55	252,56	0,82
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	120/30	17,17	16,31	30,82	341,94	0,58
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,19	0,10	7,81	36,84	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,16	0,01	12,21	50,41	0,88
Итого			346	18,52	16,42	50,84	429,19	1,46
Всего				52,97	59,36	208,36	1 584,72	34,90

Повар _____ Алекса О.С.