

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

27 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	3,83	3,79	12,86	101,51	0,4
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,13	0,82	14,60	74,41	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,30	0,03	29,92	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,14	0,00	11,71	48,26	0,82
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	52	0,21	0,21	5,10	24,48	5,21
Итого			444	6,33	8,12	44,30	278,58	6,50
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,17	4,36	14,28	114,41	4,68
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	45	0,47	3,58	1,59	41,45	4,32
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	12,14	11,68	1,99	161,65	0,0
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,13	4,34	21,35	137,55	10,38
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,37	0,31	15,15	72,88	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	13,94	55,74	0,00
Итого			691	22,28	24,27	68,30	583,68	19,39
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	5,22	4,50	7,20	95,38	1,26
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,00
Итого			230	8,17	6,85	44,70	278,38	1,26
Ужин								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,47	3,84	34,95	196,45	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,66	0,22	17,46	82,41	0,00
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Итого			425	14,23	8,86	72,91	427,86	4,00
Всего				51,01	48,10	230,21	1 568,50	31,15

Повар _____ Алекса О.С.



Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
27 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	4,39	4,73	12,88	112,30	0,55
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,84	0,71	12,62	64,31	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,75	0,04	34,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,11	0,00	9,96	41,02	0,73
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	53	0,21	0,21	5,17	24,81	5,28
Итого			383	6,57	9,40	40,67	276,44	6,56
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,09	3,00	10,59	82,76	3,47
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	30	0,30	2,70	1,05	30,41	2,85
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	9,03	8,42	1,38	117,33	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,52	3,75	17,09	112,50	8,30
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,93	0,26	12,33	59,33	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	11,44	45,74	0,00
Итого			539	16,87	18,13	53,88	448,07	14,62
Полдник								
2008	435	КЕФИР	150	4,35	3,75	6,01	79,58	1,05
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	20	1,18	0,94	15,00	73,20	0,00
Итого			170	5,53	4,69	21,01	152,78	1,05
Ужин								
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	5,47	7,19	34,88	226,27	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,71	0,22	17,79	83,96	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
Итого			375	14,04	12,08	71,12	448,92	3,60
Всего				43,01	44,30	186,68	1 326,21	25,83

Повар _____ Алекса О.С.