

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

27 октября 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,91	4,90	22,40	153,83	0,40
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,73	0,67	11,82	60,26	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,48	0,02	22,44	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,11	0,00	7,99	32,91	0,50
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	64	0,97	0,32	13,52	61,82	6,44
Итого			392	7,74	8,37	55,75	331,26	7,34
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,82	4,51	16,09	116,13	3,23
2008	115	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	140	13,94	12,45	27,10	276,16	0,63
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	38	0,30	0,04	0,65	4,94	1,90
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,07	0,09	7,03	33,15	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,25	0,30	14,41	69,35	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
Итого			526	20,38	17,39	73,99	534,56	5,76
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,19	3,62	6,94	78,05	0,78
2012	467	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	55	4,69	3,77	28,00	164,31	0,00
Итого			205	8,88	7,39	34,94	242,36	0,78
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,56	2,31	0,15	31,59	0,00
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	140	2,17	11,09	14,23	165,99	8,77
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,07	0,09	7,03	33,15	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,89	0,18	17,98	76,54	3,56
Итого			354	6,69	13,67	39,39	307,27	12,33
Всего				43,69	46,82	204,07	1 415,45	26,21

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

МЕНЮ

27 октября 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,80	5,24	26,81	178,24	0,47
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,11	0,82	14,49	73,84	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,57	0,02	23,32	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,00	8,85	36,47	0,58
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	64	0,97	0,32	13,52	61,79	6,44
Итого			457	9,02	8,95	63,69	373,66	7,49
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,71	4,46	21,22	140,16	4,29
2008	115	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	170	17,87	15,14	35,46	349,40	0,78
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	47	0,38	0,05	0,80	6,11	2,35
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,46	0,12	9,58	45,21	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,80	0,37	17,95	86,35	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	10,56	42,22	0,00
Итого			658	26,22	20,14	95,57	669,45	7,42
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,04	4,35	8,35	93,94	0,93
2012	467	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	70	5,52	4,03	37,86	209,53	0,00
Итого			250	10,56	8,38	46,21	303,47	0,93
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,11	4,62	0,30	63,19	0,00
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	170	2,96	13,94	18,44	212,81	11,45
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,83	0,15	12,06	56,90	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,99	0,20	19,96	84,99	3,95
Итого			434	10,89	18,91	50,76	417,89	15,40
Всего				56,69	56,38	256,23	1 764,47	31,24

Повар _____

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.