

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

29 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,53	3,13	32,12	183,35	0,4
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,12	0,82	14,52	74,00	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,14	0,00	11,73	48,34	0,82
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	90	1,35	0,45	18,89	86,36	9,00
Итого			478	10,14	4,40	77,26	392,05	10,29
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,32	2,89	18,90	114,97	3,20
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	35	0,31	2,41	1,05	27,56	2,49
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	55	13,81	13,96	0,00	180,58	0,56
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	2,83	0,38	18,10	87,10	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	14,00	55,96	0,00
Итого			513	20,27	19,64	52,05	466,17	6,25
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	40	2,36	1,88	30,00	146,40	0,00
Итого			240	7,99	6,73	39,31	251,16	1,04
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,11	4,62	0,30	63,19	0,00
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	1,12	2,43	3,14	38,74	1,49
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Итого			440	16,92	13,44	72,29	476,98	5,49
Всего				55,32	44,21	240,91	1 586,36	23,07

Повар _____ Алекса О.С.



Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

29 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,46	2,62	26,81	153,20	0,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,79	0,69	12,26	62,48	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,12	0,00	9,96	40,99	0,68
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	90	1,35	0,45	18,88	86,32	8,99
Итого			414	8,72	3,76	67,91	342,99	10,07
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,43	2,13	14,17	85,56	2,41
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	35	0,31	2,29	1,05	26,49	2,47
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	50	12,13	12,26	0,00	158,58	0,50
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,24	0,30	14,35	69,03	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	11,91	47,64	0,00
Итого			419	17,11	16,98	41,48	387,30	5,38
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	40	2,36	1,88	30,00	146,40	0,00
Итого			220	7,42	6,25	38,38	240,68	0,94
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	22	2,56	2,31	0,15	31,59	0,00
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	1,12	2,31	3,10	37,52	1,49
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
Итого			392	13,51	10,92	65,07	411,87	5,09
Всего				46,76	37,91	212,84	1 382,84	21,48

Повар _____ Алекса О.С.