

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
2 апреля 2026 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ОВСЯНОЙ)	180	4,87	5,19	14,33	124,24	0,59
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,60	0,62	10,96	55,88	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,95	0,05	44,86	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,26	3,64	12,68	101,55	0,76
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	72	0,29	0,29	7,02	33,65	7,16
Итого			458	11,05	14,69	45,04	360,18	8,51
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,42	1,54	10,20	60,80	4,18
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	130	9,85	9,43	5,24	146,49	4,38
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	1,33	3,24	27,10	1,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,17	0,10	7,69	36,31	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,03	0,27	13,00	62,55	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
Итого			516	15,02	12,67	45,18	356,47	10,08
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,56	3,93	7,55	84,86	0,84
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	20	0,79	0,63	10,00	48,80	0,00
Итого			200	5,35	4,56	17,55	133,66	0,84
Ужин								
2012	450	ОЛАДЬИ С ИЗЮМОМ	120/40	7,53	10,93	52,57	338,90	0,23
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,17	0,10	7,69	36,31	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,12	0,00	6,75	28,11	0,60
Итого			375	8,82	11,03	67,01	403,32	0,83
Всего				40,24	42,95	174,78	1 253,63	20,26

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

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
2 апреля 2026 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ОВСЯНОЙ	200	5,40	5,73	16,01	138,07	0,66
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,88	65,66	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,47	0,04	40,56	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,61	2,25	22,32	120,60	0,90
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	72	0,29	0,29	7,05	33,80	7,19
Итого			502	10,21	13,47	58,30	398,69	8,75
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,86	1,83	13,35	77,96	5,51
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	12,93	12,26	6,32	188,81	5,30
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,82	1,46	4,86	35,80	2,28
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,44	0,12	9,49	44,80	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,50	0,33	16,04	77,16	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,24	28,92	0,00
Итого			647	19,55	16,00	57,30	453,45	13,09
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,49	4,77	9,09	101,70	2,70
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	50	1,99	1,59	25,30	123,47	0,00
Итого			250	7,48	6,36	34,39	225,17	2,70
Ужин								
2012	450	ОЛАДЬИ С ИЗЮМОМ	170/50	16,26	19,75	107,82	674,13	0,28
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,44	0,12	9,49	44,80	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	220	0,14	0,00	7,57	31,51	0,67
Итого			460	17,84	19,87	124,88	750,44	0,95
Всего				55,08	55,70	274,87	1 827,75	25,49

Повар _____

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.