

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна

МЕНЮ

2 июля 2026 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 ПШЕНОМ	200	3,55	3,17	12,74	94,20	0,42
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,09	0,81	14,34	73,12	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,88	0,03	26,09	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,63	3,03	12,26	91,71	0,65
Итого			433	9,29	9,89	39,37	285,12	1,07
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	200	1,91	2,44	12,65	80,50	6,09
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	14,87	14,17	11,79	234,08	4,40
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,23	0,03	0,49	3,78	1,45
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	23	1,74	0,47	11,21	57,21	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,31	0,31	14,79	71,15	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	6,53	26,10	0,00
Итого			628	21,06	17,42	57,46	472,82	11,94
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,04	3,49	6,70	75,40	0,75
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	60	5,10	7,63	33,56	222,95	0,02
Итого			260	9,14	11,12	40,26	298,35	0,77
Ужин								
2012	167	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНИЧНАЯ С ФРУКТАМИ	220	4,11	6,07	31,29	197,05	1,23
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,13	0,17	14,00	66,09	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	220	0,18	0,00	6,84	28,95	0,82
Итого			468	6,42	6,24	52,13	292,09	2,05
Всего				45,91	44,67	189,22	1 348,38	15,83

Повар

Мартазева О.С./ Лосева С.Н.