

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

2 сентября 2026 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	180	4,11	4,81	11,00	104,37	0,58
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,43	0,55	9,77	49,78	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,30	0,03	29,92	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,28	3,64	12,61	101,45	0,75
го			385	9,84	12,30	33,41	285,52	1,33
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,28	1,71	7,67	51,72	9,60
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	60	12,21	2,80	5,71	97,17	0,49
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,28	3,96	14,90	103,49	3,67
2018	15	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,72	2,00	4,01	36,78	1,59
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,22	0,10	8,03	37,89	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,72	0,23	11,02	53,03	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			552	19,43	10,80	57,15	403,30	15,35
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	180	3,78	5,04	5,29	81,86	0,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	20	1,18	0,94	15,00	73,20	0,00
го			200	4,96	5,98	20,29	155,06	0,00
Ужин								
2012	450	ОЛАДЫ С ИЗЮМОМ	160/40	4,97	9,62	34,24	243,47	0,20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,22	0,10	8,03	37,89	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,15	0,00	7,13	29,73	0,60
Итого			416	6,34	9,72	49,40	311,09	0,80
Всего				40,57	38,80	160,25	1 154,97	17,48

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.



Заведующий
МБ ДОУ № 30
/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

2 сентября 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ОВСЯНОЙ	200	4,56	4,80	11,83	109,56	0,65
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,68	0,65	11,52	58,71	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,08	0,03	27,94	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,61	2,25	22,32	120,60	0,90
Итого			427	8,87	10,78	45,70	316,81	1,55
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,65	2,57	9,91	69,79	12,91
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	70	16,20	2,77	7,33	119,65	0,65
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,71	4,72	17,76	123,33	4,37
2018	15	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,85	3,45	4,90	53,90	2,23
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,51	0,12	9,92	46,79	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,19	0,29	13,99	67,33	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,34	29,37	0,00
Итого			693	25,11	13,92	71,15	510,16	20,16
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	200	4,20	5,60	5,88	90,93	0,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	50	2,91	2,32	37,05	180,80	0,00
Итого			250	7,11	7,92	42,93	271,73	0,00
Ужин								
2012	450	ОЛАДЫ С ИЗЮМОМ	180/50	9,83	17,05	66,24	458,05	0,25
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,51	0,12	9,92	46,79	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	220	0,17	0,00	7,62	31,78	0,66
Итого			470	11,51	17,17	83,78	536,62	0,91
Всего				52,60	49,79	243,56	1 635,32	22,62

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