

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

3 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	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	110/40	7,80	9,10	32,99	245,70	0,22
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,42	0,55	9,71	49,49	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,75	0,03	24,93	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,95	3,32	12,31	95,84	0,71
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	50	0,84	0,28	11,76	53,76	5,60
Итого			405	14,03	16,00	66,80	469,72	6,53
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	150	1,65	3,02	10,61	76,67	4,90
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	6,96	7,89	3,33	112,09	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	115	2,48	3,48	17,02	109,44	8,29
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,60	2,26	2,87	34,58	6,11
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	18	1,33	0,36	8,57	43,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,77	0,23	11,30	54,39	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,37	21,50	0,00
Итого			550	14,79	17,24	59,07	452,40	19,30
Полдник								
2008	435	КЕФИР	150	3,39	2,93	4,68	62,04	0,82
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	4,19	6,05	22,79	162,08	0,00
Итого			200	7,58	8,98	27,47	224,12	0,82
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ	200	5,20	4,53	15,72	125,32	0,71
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,27	0,10	8,36	39,47	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,11	0,00	5,63	23,45	0,45
Итого			417	6,58	4,63	29,71	188,24	1,16
Всего				42,98	46,85	183,05	1 334,48	27,81

Повар _____

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрчанко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

3 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	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	130/40	8,62	9,25	36,24	263,62	0,23
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,64	11,35	57,83	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,72	0,03	24,63	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	4,40	3,70	13,32	105,17	0,79
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	56	0,84	0,28	11,80	53,92	5,62
Итого			456	15,54	16,59	72,74	505,17	6,64
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	200	2,19	3,93	13,35	98,29	6,49
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,88	12,07	4,62	166,34	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,39	3,23	20,02	121,50	9,77
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,91	3,11	3,98	46,04	9,09
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	22	1,63	0,45	10,32	55,20	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,23	0,30	14,27	68,65	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	6,14	24,54	0,00
Итого			686	19,78	23,14	73,20	582,56	25,35
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	4,07	3,5	5,61	74,38	0,93
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	4,90	6,61	32,15	206,49	0,01
Итого			250	8,97	10,02	37,76	280,87	0,99
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ	220	5,71	5,17	16,84	137,78	0,78
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,09	0,17	13,77	64,98	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	220	0,14	0,00	6,59	27,49	0,56
Итого			467	7,94	5,34	37,20	230,25	1,34
Всего				52,23	55,09	220,90	1 598,85	34,32

Повар

Мартазиева О.С./ Лосева С.Н.