

Утверждаю



Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна

МЕНЮ

5 мая 2026 г.

Ясли 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	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	120/40	11,85	11,37	34,45	289,12	0,30
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,92	0,74	13,17	67,14	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,09	0,03	28,05	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,19	2,64	11,15	81,84	0,56
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	52	0,78	0,26	10,93	49,98	5,21
Итого			423	17,76	18,10	69,73	516,13	6,07
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	150	1,45	3,24	9,10	71,69	4,10
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	8,51	11,30	4,76	155,63	3,58
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,37	0,03	2,55	12,28	0,58
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	18	1,31	0,35	8,44	43,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,11	0,28	13,51	65,01	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,44	21,77	0,00
Итого			540	13,75	15,20	43,80	369,43	8,26
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	3,42	2,96	5,67	63,85	0,63
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	3,78	6,15	23,81	165,58	0,01
Итого			200	7,20	9,11	29,48	229,43	0,64
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ	200	4,45	3,95	14,11	110,47	0,56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,24	0,10	8,15	38,48	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,10	0,00	5,64	22,97	0,02
Итого			416	5,79	4,05	27,90	171,92	0,58
Всего				44,50	46,46	170,91	1 286,91	15,55

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

Утверждаю



Заведующий

ИМБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

5 мая 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	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	135/40	13,29	12,23	38,15	317,83	0,31
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,30	0,89	15,75	80,28	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,09	0,03	28,05	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,51	2,93	11,75	88,13	0,63
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	52	0,78	0,26	10,95	50,05	5,21
Итого			463	19,90	19,40	76,63	564,34	6,15
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	200	1,92	3,99	12,06	92,21	5,57
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	180	10,16	13,52	5,72	186,46	4,31
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,55	0,04	4,18	19,89	0,88
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	22	1,65	0,44	10,63	54,25	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,62	0,35	16,79	80,80	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	6,21	24,81	0,00
Итого			682	16,90	18,34	55,59	458,42	10,76
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	3,92	3,38	6,48	72,92	0,72
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	4,95	7,70	32,87	220,44	0,01
Итого			250	8,87	11,08	39,35	293,36	0,73
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ	220	4,92	4,60	15,86	125,24	0,62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,09	0,17	13,77	64,97	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	220	0,11	0,00	6,43	26,10	0,02
Итого			467	7,12	4,77	36,06	216,31	0,64
Всего				52,79	53,59	207,63	1 532,43	18,28

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