



Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

8 мая 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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	5,21	7,24	20,64	169,35	0,70
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,73	0,67	11,86	60,46	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,81	0,04	34,52	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,59	2,16	9,76	69,49	0,46
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	100	0,81	0,27	11,31	51,69	5,38
Итого			488	10,36	14,15	53,61	385,51	6,54
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,68	2,46	4,56	48,00	13,20
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,84	10,24	4,99	147,34	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,32	3,24	15,70	101,53	7,62
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	35	0,53	1,55	2,89	27,76	1,39
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,14	0,28	13,70	65,90	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,96	23,81	0,00
Итого			537	15,51	17,77	47,80	414,34	22,21
Полдник								
2008	435	КЕФИР	150	3,60	3,10	4,97	65,80	0,87
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	52	4,38	6,18	27,83	180,38	0,00
Итого			202	7,98	9,28	32,80	246,18	0,87
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150/30	15,71	13,09	31,65	309,91	0,46
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,94	0,16	12,74	60,12	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,12	0,00	6,98	28,98	0,54
Итого			405	17,77	13,25	51,37	399,01	1,00
Всего				51,62	54,45	185,58	1 445,04	30,62

Повар _____

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.



Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

8 мая 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	5,75	8,11	22,37	186,45	0,7
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,06	0,80	14,10	71,88	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,49	0,03	31,65	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,91	2,41	10,81	77,15	0,52
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	100	0,81	0,27	11,31	51,69	5,38
Итого			532	11,55	15,08	58,62	418,82	6,67
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	2,00	4,64	9,18	87,77	11,78
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	11,75	13,63	6,59	195,79	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,71	3,88	18,51	120,14	8,99
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	55	0,79	2,84	4,32	46,09	2,09
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,28	0,10	8,43	39,77	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	2,70	0,36	17,28	83,15	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,20	28,78	0,00
Итого			703	21,23	25,45	71,51	601,49	22,86
Полдник								
2008	435	КЕФИР	200	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	52	4,38	6,18	27,83	180,38	0,00
Итого			252	10,38	6,38	35,83	242,38	2,00
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	180/40	19,08	16,66	37,46	379,64	0,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,94	0,16	12,74	60,12	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	220	0,14	0,00	7,53	31,24	0,55
Итого			465	21,16	16,82	57,73	471,00	1,10
Всего				64,32	63,73	223,69	1 733,69	32,63

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