

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

12 августа 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	4,62	6,36	19,84	155,94	0,56
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,71	0,66	11,75	59,87	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,53	0,03	32,04	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,20	1,77	9,68	63,83	0,38
Итого			388	8,55	12,32	41,30	311,68	0,94
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,15	2,43	5,95	50,66	7,71
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,23	10,35	4,99	149,94	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,64	4,23	18,77	123,94	9,22
2018	15	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	45	0,91	4,22	4,88	60,98	1,74
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,20	0,10	7,88	37,20	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,18	0,29	13,93	67,02	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,53	22,12	0,00
Итого			564	17,31	21,62	61,93	511,86	18,67
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,56	3,07	5,89	66,26	0,66
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,12	5,82	26,19	169,75	0,00
Итого			200	7,68	8,89	32,08	236,01	0,66
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	160/40	18,33	17,27	41,41	397,64	0,61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,20	0,10	7,88	37,20	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,11	0,00	7,15	29,02	0,02
Итого			416	19,64	17,37	56,44	463,86	0,63
Всего				53,18	60,20	191,75	1 523,41	20,90

Повар _____

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

12 августа 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	5,14	7,81	22,21	180,35	0,62
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,94	0,75	13,27	67,65	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,57	0,03	32,37	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,39	1,94	10,21	68,42	0,42
Итого			431	9,49	14,07	45,72	348,79	1,04
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,87	3,37	9,18	75,49	11,38
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	12,14	12,76	6,25	188,19	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,09	4,00	22,19	137,59	10,92
2018	15	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,89	4,70	5,12	66,17	2,28
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,58	0,13	10,41	49,13	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	2,74	0,36	17,53	84,32	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,37	29,46	0,00
Итого			712	22,31	25,32	78,05	630,35	24,58
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,12	5,82	26,19	169,75	0,00
Итого			250	4,12	5,82	26,19	169,75	0,00
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	180/50	19,38	16,96	37,21	382,78	0,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,58	0,13	10,41	49,13	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	220	0,14	0,00	7,80	31,69	0,03
Итого			471	21,10	17,09	55,42	463,60	0,58
Всего				57,02	62,30	205,38	1 612,49	26,20

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.