

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

14 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,49	5,54	25,45	174,25	0,47
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,00	0,39	6,85	34,93	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,75	0,03	24,93	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,14	0,00	10,00	41,21	0,66
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	70	1,03	0,34	14,45	66,08	6,88
Итого			455	7,68	9,02	56,78	341,40	8,01
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,99	4,02	14,82	107,41	2,79
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	140	24,01	24,48	28,49	429,90	1,30
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	40	0,44	1,70	1,83	25,07	3,24
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,21	0,29	14,13	67,99	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			513	29,65	30,49	68,95	669,07	7,33
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,17	3,60	6,91	77,70	0,77
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	11,33	16,00	72,00	466,67	0,00
Итого			200	15,50	19,60	78,91	544,37	0,77
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,56	2,31	0,15	31,59	0,00
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,91	10,65	22,48	202,92	108,19
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,16	0,18	14,22	67,10	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,96	0,19	19,36	82,42	3,83
Итого			428	9,59	13,33	56,21	384,03	112,02
Всего				62,42	72,44	260,85	1 938,87	128,13

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

14 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,92	5,82	27,21	185,42	0,52
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,17	0,45	8,02	40,89	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,75	0,03	24,93	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,15	0,00	11,95	49,08	0,70
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	70	1,04	0,35	14,50	66,28	6,90
Итого			505	8,30	9,37	61,71	366,60	8,12
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,23	3,34	19,50	120,95	3,65
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	27,14	27,65	31,24	482,04	1,50
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60	0,65	3,20	2,70	43,34	4,90
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,81	0,37	17,98	86,53	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	12,61	50,41	0,00
Итого			642	33,83	34,56	84,03	783,27	10,05
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,55	4,78	9,19	103,33	1,02
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	50	1,49	0,55	19,45	88,70	0,03
Итого			250	7,04	5,33	28,64	192,03	1,05
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,11	4,62	0,30	63,19	0,00
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	2,90	12,30	19,22	200,83	9,56
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,27	0,27	21,52	101,55	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	220	1,05	0,21	21,19	90,23	4,20
Итого			503	12,33	17,40	62,23	455,80	13,76
Всего				61,50	66,66	236,61	1 797,70	32,98

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.