



Заведующий
МБ ДОУ № 30
Юрченко Наталья Васильевна

МЕНЮ

15 мая 2026 г.

Если 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,17	5,04	23,51	160,56	0,44
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,37	0,53	9,42	48,03	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,01	2,06	0,02	18,70	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,13	0,00	10,78	44,10	0,50
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	50	0,75	0,25	10,54	48,16	5,02
Итого			433	7,43	7,88	54,27	319,55	5,96
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,54	2,96	14,53	94,97	2,70
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР ЗАПЕЧЕННЫЕ	50	11,17	12,38	2,23	164,77	0,48
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,41	1,36	2,99	25,91	0,56
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,26	5,08	28,44	184,53	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,18	0,02	0,38	2,93	1,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,02	0,08	6,69	31,58	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,15	0,29	13,78	66,29	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	10,49	41,92	0,00
Итого			560	23,73	22,17	79,53	612,90	4,87
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	180	4,42	5,89	6,18	95,68	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	20	0,70	1,87	8,52	47,83	0,00
Итого			200	5,12	7,76	14,70	143,51	0,00
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	5,11	4,62	0,30	63,19	0,00
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,04	9,91	13,65	152,88	8,03
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,40	0,11	9,20	43,42	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,80	0,16	16,16	68,80	3,20
Итого			390	9,35	14,80	39,31	328,29	11,23
Всего				45,63	52,61	187,81	1 404,25	22,06

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

МЕНЮ

15 мая 2026 г.

Сад 12 часов



Заведующий
МБ ДОУ № 30
/Юрченко Наталья Васильевна/

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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,71	4,63	25,86	168,54	0,49
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,62	0,63	11,12	56,66	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,01	2,06	0,02	18,70	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,14	0,00	11,81	48,39	0,56
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	50	0,75	0,25	10,55	48,22	5,02
Итого			477	8,23	7,57	59,36	340,51	6,07
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,14	3,53	19,37	121,73	3,57
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	15,05	16,47	3,35	221,57	0,64
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	45	0,52	1,33	3,19	27,09	0,86
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,22	0,03	0,47	3,62	1,39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,40	0,11	9,20	43,42	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,66	0,35	17,01	81,84	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	12,58	50,31	0,00
Итого			715	30,39	27,82	98,77	767,58	6,46
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	200	4,91	6,54	6,87	106,30	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	50	1,77	4,72	21,54	120,95	0,00
Итого			250	6,68	11,26	28,41	227,25	0,00
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,11	4,62	0,30	63,19	0,00
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	2,62	12,50	16,92	191,86	9,87
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,71	0,14	11,23	52,99	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	220	0,88	0,18	17,78	75,68	3,52
Итого			462	10,32	17,44	46,23	383,72	13,39
Всего				55,62	64,09	232,77	1 719,06	25,92

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