

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
17 февраля 2026 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ОВСЯНОЙ)	180	4,87	5,43	13,35	122,40	0,65
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,55	0,60	10,65	54,27	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,68	4,01	13,77	111,05	0,84
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	63	0,25	0,25	6,16	29,55	6,29
Итого			449	11,38	14,42	43,97	354,67	7,78
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,31	1,62	9,73	59,00	4,00
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	140	9,64	9,52	4,60	143,61	3,75
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	0,73	3,23	21,64	1,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	0,98	0,08	6,45	30,45	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	6,22	24,87	0,00
Итого			518	14,14	12,17	40,83	330,56	9,27
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,02	4,33	8,31	93,54	0,93
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	20	1,18	0,94	15,00	73,20	0,00
Итого			200	6,20	5,27	23,31	166,74	0,93
Ужин								
2012	450	ОЛАДЬИ С ИЗЮМОМ	120/40	7,87	10,45	55,35	347,25	0,32
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	0,98	0,08	6,45	30,45	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,12	0,00	6,49	26,90	0,50
Итого			373	8,97	10,53	68,29	404,60	0,82
Всего				40,69	42,39	176,40	1 256,57	18,80

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

Утверждаю



Заведующий
МБ ДОУ № 30
Дорченко Наталья Васильевна

МЕНЮ

17 февраля 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ОВСЯНОЙ	200	5,38	5,74	14,71	132,78	0,72
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,91	65,81	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,73	2,35	23,31	125,96	0,94
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	63	0,25	0,25	6,16	29,55	6,29
Итого			493	10,27	13,20	57,13	391,50	7,95
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,78	1,93	13,21	77,73	5,30
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	160	12,68	12,22	5,41	183,37	4,41
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,82	1,45	4,85	35,59	2,27
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,20	0,10	7,89	37,21	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,09	0,28	13,37	64,35	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,27	29,03	0,00
Итого			648	18,57	15,98	52,00	427,28	11,98
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,04	5,25	10,00	111,87	2,97
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,00
Итого			250	8,99	7,60	47,50	294,87	2,97
Ужин								
2012	450	ОЛАДЬИ С ИЗЮМОМ	155/50	16,00	19,45	108,89	674,70	0,40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,20	0,10	7,89	37,21	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	250	0,13	0,00	7,45	30,85	0,52
Итого			471	17,33	19,55	124,23	742,76	0,92
Всего				55,16	56,33	280,86	1 856,41	23,82

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