

Утверждаю



Заведующий  
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

# МЕНЮ

17 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	130/40	14,36	11,99	41,22	332,37	0,38
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,75	0,68	11,99	61,12	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,75	0,03	24,92	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,16	3,46	12,50	98,68	0,74
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	84	0,34	0,34	8,22	39,44	8,39
<b>Итого</b>			<b>462</b>	<b>20,63</b>	<b>19,22</b>	<b>73,96</b>	<b>556,53</b>	<b>9,51</b>
<b>Обед</b>								
	22	СВЕКОЛЬНИК	150	1,90	2,65	11,16	76,83	5,79
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	13,06	9,97	11,94	189,58	11,23
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,30	2,91	15,66	98,29	7,61
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,69	2,05	2,05	30,39	11,00
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	20	1,50	0,40	9,64	49,20	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,34	0,31	14,98	72,07	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,16	20,64	0,00
<b>Итого</b>			<b>565</b>	<b>21,79</b>	<b>18,29</b>	<b>70,59</b>	<b>537,00</b>	<b>35,63</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ЙОГУРТ	150	3,10	2,32	4,65	74,32	1,08
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	3,83	5,52	24,38	162,56	0,01
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>6,93</b>	<b>7,84</b>	<b>29,03</b>	<b>236,88</b>	<b>1,09</b>
<b>Ужин</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ	200	5,48	4,86	16,30	131,76	0,74
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,42	0,12	9,37	44,20	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,14	0,00	6,12	25,56	0,53
<b>Итого</b>			<b>419</b>	<b>7,04</b>	<b>4,98</b>	<b>31,79</b>	<b>201,52</b>	<b>1,27</b>
<b>Всего</b>				<b>56,39</b>	<b>50,33</b>	<b>205,37</b>	<b>1 531,93</b>	<b>47,50</b>

Повар \_\_\_\_\_ Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/



**МЕНЮ**  
17 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	150/40	15,98	13,25	44,82	364,81	0,40
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,08	0,80	14,23	72,52	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,51	0,02	22,75	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	4,55	3,82	13,68	108,39	0,82
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	84	0,34	0,34	8,21	39,39	8,38
<b>Итого</b>			<b>507</b>	<b>22,97</b>	<b>20,72</b>	<b>80,96</b>	<b>607,86</b>	<b>9,60</b>
<b>Обед</b>								
	22	СВЕКОЛЬНИК	200	2,49	3,31	14,54	98,87	7,72
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	18,09	13,81	16,53	262,56	15,56
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,72	3,01	18,49	112,20	8,98
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	65	1,04	3,39	3,56	50,53	16,55
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	25	1,85	0,49	11,87	60,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,95	0,39	18,86	90,75	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	6,31	25,24	0,00
<b>Итого</b>			<b>724</b>	<b>29,14</b>	<b>24,40</b>	<b>90,16</b>	<b>700,75</b>	<b>48,81</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ЙОГУРТ	185	3,70	2,78	5,55	88,86	1,30
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	65	5,19	6,26	33,00	208,92	0,01
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>8,89</b>	<b>9,04</b>	<b>38,55</b>	<b>297,78</b>	<b>1,31</b>
<b>Ужин</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ	220	5,99	5,20	17,94	143,60	0,81
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,34	0,19	15,42	72,76	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	220	0,15	0,00	6,67	27,91	0,61
<b>Итого</b>			<b>471</b>	<b>8,48</b>	<b>5,39</b>	<b>40,03</b>	<b>244,27</b>	<b>1,42</b>
<b>Всего</b>				<b>69,48</b>	<b>59,55</b>	<b>249,70</b>	<b>1 850,66</b>	<b>61,14</b>

Повар \_\_\_\_\_ Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.