

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

17 сентября 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,31	5,53	18,44	140,82	0,46
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,43	0,55	9,77	49,78	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,30	0,03	29,92	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,95	3,33	12,71	97,46	0,71
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	70	1,03	0,34	14,41	65,86	6,86
Итого			455	10,74	13,05	55,36	383,84	8,03
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	150	1,54	2,33	10,15	68,14	4,70
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	10,68	8,15	9,76	154,99	9,18
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,33	3,20	15,76	101,26	7,65
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,56	2,04	2,18	30,11	8,80
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	16	1,20	0,32	7,71	39,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,59	0,21	10,17	48,95	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
Итого			550	17,90	16,25	61,54	466,03	30,33
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	180	3,44	4,59	4,82	74,52	0,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	20	0,89	0,71	11,25	54,90	0,00
Итого			200	4,33	5,30	16,07	129,42	0,00
Ужин								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	160/30	12,99	11,15	39,02	310,11	0,30
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,15	0,00	7,11	29,53	0,50
Итого			405	14,28	11,24	53,66	375,16	0,80
Всего				47,25	45,84	186,63	1 354,45	39,16

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

17 сентября 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,78	5,79	20,18	151,89	0,51
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,69	0,65	11,57	58,95	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,30	0,03	29,92	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	4,37	3,69	13,99	107,63	0,79
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	70	1,03	0,34	14,41	65,89	6,86
Итого			500	11,89	13,77	60,18	414,28	8,16
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	200	2,04	3,51	12,77	91,43	6,17
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	15,00	11,45	13,71	217,73	12,90
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,71	3,61	18,52	117,58	9,01
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,85	3,41	3,27	48,48	13,33
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	20	1,50	0,40	9,64	49,20	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	6,95	27,76	0,00
Итого			700	24,09	22,64	77,58	613,37	41,41
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	200	3,82	5,10	5,35	82,83	0,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	50	2,15	1,71	27,31	133,27	0,00
Итого			250	5,97	6,81	32,66	216,10	0,00
Ужин								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	190/30	15,31	13,47	43,97	360,67	0,19
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,87	0,15	12,27	57,92	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	220	0,17	0,00	7,44	31,06	0,61
Итого			464	17,35	13,62	63,68	449,65	0,80
Всего				59,30	56,84	234,10	1 693,40	50,37

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.