



Заведующий
МБ ДОУ № 30
/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

19 мая 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								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	110/40	10,81	9,88	31,76	260,84	0,25
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,43	7,56	38,52	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,01	2,42	0,02	21,98	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,21	2,67	11,42	83,31	0,57
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	50	0,64	0,21	8,91	40,72	4,24
Итого			400	15,77	15,61	59,67	445,37	5,06
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	150	1,46	2,58	9,02	65,50	4,36
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	9,30	7,10	8,50	135,07	8,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,02	2,52	14,02	87,12	6,85
2012	37	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	40	0,53	0,08	2,50	13,73	3,36
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	0,99	0,08	6,49	30,65	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"	150	0,00	0,00	5,69	22,77	0,00
Итого			543	16,29	12,62	58,94	416,03	22,57
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	3,45	2,98	5,72	64,38	0,64
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	3,61	4,83	23,45	151,52	0,00
Итого			200	7,06	7,81	29,17	215,90	0,64
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ	200	4,31	3,89	13,24	105,97	0,57
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,76	0,06	5,02	23,67	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,08	0,00	5,85	23,76	0,02
Итого			410	5,15	3,95	24,11	153,40	0,59
Всего				44,27	39,99	171,89	1 230,70	28,86

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

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
19 мая 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								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	140/40	12,25	10,61	34,67	285,07	0,26
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,51	9,09	46,33	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,01	2,31	0,02	20,98	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,52	2,96	12,19	90,33	0,63
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	50	0,64	0,21	8,91	40,73	4,24
Итого			455	17,75	16,60	64,88	483,44	5,13
Обед								
	22	СВЕКОЛЬНИК	185	1,97	3,49	11,90	87,55	5,85
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	13,03	9,94	11,91	189,09	11,21
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,38	2,81	16,56	101,33	8,09
2012	37	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0,79	0,12	3,68	20,35	5,06
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,22	0,10	8,02	37,83	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,49	0,33	15,97	76,86	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	6,49	25,96	0,00
Итого			679	21,88	16,79	74,53	538,97	30,21
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	3,95	3,40	6,54	73,58	0,73
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	55	4,74	5,52	32,15	196,78	0,01
Итого			255	8,69	8,92	38,69	270,36	0,74
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ	220	4,77	4,22	14,77	116,88	0,62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,22	0,10	8,02	37,83	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	220	0,10	0,00	6,70	27,22	0,02
Итого			456	6,09	4,32	29,49	181,93	0,64
Всего				54,41	46,63	207,59	1 474,70	36,72

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