

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

# МЕНЮ

21 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             | 94            | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ               | 180        | 3,97              | 4,04         | 13,05         | 105,04                        | 0,51          |
| к/к              | к/к           | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 22         | 1,64              | 0,63         | 11,24         | 57,31                         | 0,00          |
| 2008             | 13            | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                            | 5          | 0,03              | 4,13         | 0,04          | 37,40                         | 0,00          |
| 2012             | 395           | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                  | 180        | 2,03              | 1,70         | 7,83          | 55,16                         | 0,36          |
| 2008             |               | БАНАН СВЕЖИЙ                                | 53         | 0,80              | 0,27         | 11,21         | 51,24                         | 5,34          |
| <b>Итого</b>     |               |   | <b>440</b> | <b>8,47</b>       | <b>10,77</b> | <b>43,37</b>  | <b>306,15</b>                 | <b>6,21</b>   |
| <b>Обед</b>      |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008             | 94            | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ                   | 150        | 1,29              | 1,37         | 7,78          | 48,87                         | 4,71          |
| 2008             | 289           | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ                       | 50         | 8,50              | 9,07         | 0,49          | 117,44                        | 0,00          |
| 2012             | 348           | СОУС ТОМАТНЫЙ №348                          | 40         | 0,24              | 1,50         | 1,04          | 18,98                         | 0,87          |
| 2008             | 181           | КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ                  | 110        | 4,82              | 3,98         | 28,18         | 167,55                        | 0,00          |
| 2012             |               | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)        | 30         | 0,89              | 0,66         | 2,47          | 19,41                         | 1,19          |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 12         | 0,95              | 0,08         | 6,27          | 29,60                         | 0,00          |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ            | 32         | 2,11              | 0,28         | 13,51         | 65,01                         | 0,00          |
| к/к              | к/к           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" | 150        | 0,00              | 0,00         | 6,05          | 24,19                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>     |               |   | <b>574</b> | <b>18,80</b>      | <b>16,94</b> | <b>65,79</b>  | <b>491,05</b>                 | <b>6,77</b>   |
| <b>Полдник</b>   |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2012             | 400           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                            | 150        | 3,27              | 2,82         | 5,41          | 60,90                         | 0,60          |
| 2012             | 474           | БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ                          | 50         | 3,84              | 4,53         | 25,19         | 156,49                        | 0,02          |
| <b>Итого</b>     |               |   | <b>200</b> | <b>7,11</b>       | <b>7,35</b>  | <b>30,60</b>  | <b>217,39</b>                 | <b>0,62</b>   |
| <b>Ужин</b>      |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008             | 51            | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                            | 145        | 2,11              | 6,51         | 11,66         | 115,09                        | 13,77         |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 16         | 1,24              | 0,10         | 8,15          | 38,48                         | 0,00          |
| к/к              | к/к           | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 200        | 0,10              | 0,00         | 7,47          | 30,23                         | 0,02          |
| <b>Итого</b>     |               |   | <b>361</b> | <b>3,45</b>       | <b>6,61</b>  | <b>27,28</b>  | <b>183,80</b>                 | <b>13,79</b>  |
| <b>Всего</b>     |               |   |            | <b>37,83</b>      | <b>41,67</b> | <b>167,04</b> | <b>1 198,39</b>               | <b>27,39</b>  |

Повар \_\_\_\_\_

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.



Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ №

/Юрченко Наталья Васильевна

# МЕНЮ

21 апреля 2026 г.

Сад 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             | 94            | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ               | 200        | 4,44              | 4,36         | 14,82         | 116,97                        | 0,56          |
| 2008             |               | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 27         | 2,00              | 0,77         | 13,68         | 69,75                         | 0,00          |
| 2008             | 13            | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                            | 5          | 0,02              | 4,07         | 0,04          | 36,91                         | 0,00          |
| 2012             | 395           | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                  | 200        | 2,30              | 1,88         | 9,62          | 65,12                         | 0,40          |
| 2008             |               | БАНАН СВЕЖИЙ                                | 53         | 0,80              | 0,27         | 11,13         | 50,88                         | 5,30          |
| <b>Итого</b>     |               |   | <b>485</b> | <b>9,56</b>       | <b>11,35</b> | <b>49,29</b>  | <b>339,63</b>                 | <b>6,26</b>   |
| <b>Обед</b>      |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008             | 94            | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ                   | 200        | 1,67              | 1,59         | 10,07         | 61,53                         | 6,22          |
| 2008             | 289           | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ                       | 70         | 12,03             | 12,83        | 0,69          | 166,15                        | 0,00          |
| 2012             | 349           | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ                     | 45         | 0,31              | 1,77         | 1,27          | 22,66                         | 1,08          |
| 2008             | 181           | КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ                  | 130        | 5,70              | 4,70         | 33,30         | 198,00                        | 0,00          |
| 2012             |               | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)        | 45         | 1,35              | 1,35         | 3,45          | 31,19                         | 1,79          |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 16         | 1,24              | 0,10         | 8,15          | 38,48                         | 0,00          |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ            | 40         | 2,66              | 0,35         | 17,01         | 81,85                         | 0,00          |
| к/к              | к/к           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" | 180        | 0,00              | 0,00         | 6,92          | 27,65                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>     |               |   | <b>726</b> | <b>24,96</b>      | <b>22,69</b> | <b>80,86</b>  | <b>627,51</b>                 | <b>9,09</b>   |
| <b>Полдник</b>   |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008             | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                            | 180        | 3,92              | 3,38         | 6,49          | 72,99                         | 0,72          |
| 2012             | 474           | БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ                          | 60         | 4,96              | 5,60         | 34,74         | 209,00                        | 0,02          |
| <b>Итого</b>     |               |   | <b>240</b> | <b>8,88</b>       | <b>8,98</b>  | <b>41,23</b>  | <b>281,99</b>                 | <b>0,74</b>   |
| <b>Ужин</b>      |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008             | 51            | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                            | 160        | 2,33              | 6,92         | 12,92         | 124,71                        | 15,10         |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 24         | 1,86              | 0,15         | 12,25         | 57,82                         | 0,00          |
| к/к              | к/к           | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 250        | 0,11              | 0,00         | 7,39          | 29,95                         | 0,02          |
| <b>Итого</b>     |               |   | <b>434</b> | <b>4,30</b>       | <b>7,07</b>  | <b>32,56</b>  | <b>212,48</b>                 | <b>15,12</b>  |
| <b>Всего</b>     |               |   |            | <b>47,70</b>      | <b>50,09</b> | <b>203,94</b> | <b>1 461,61</b>               | <b>31,21</b>  |

Повар \_\_\_\_\_

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.