

Утверждаю



/Юрченко

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

22 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	180	4,14	4,44	12,76	108,11	0,58
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,46	0,57	10,02	51,09	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,34	1,93	9,56	65,41	0,41
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	60	0,80	0,27	11,25	51,41	5,36
Итого			445	8,77	11,34	43,63	313,42	6,35
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,19	2,57	7,17	56,80	4,72
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	50	3,97	2,17	1,06	39,79	0,62
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,82	3,98	28,18	167,55	0,00
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	20	0,57	1,98	1,68	26,71	0,76
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	0,99	0,08	6,52	30,79	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,89	0,25	12,08	58,13	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
Итого			521	13,43	11,03	64,43	410,73	6,10
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,47	3,86	7,40	83,28	0,83
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	20	0,77	0,61	9,75	47,58	0,00
Итого			200	5,24	4,47	17,15	130,86	0,83
Ужин								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	200	3,42	3,10	17,44	113,53	14,74
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,30	0,11	8,53	40,26	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,08	0,00	9,36	37,73	0,02
Итого			417	4,80	3,21	35,33	191,52	14,76
Всего				32,24	30,05	160,54	1 046,53	28,04

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

22 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	200	4,61	4,75	14,13	118,40	0,64
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,77	0,69	12,15	61,96	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,98	0,04	36,08	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,58	2,14	11,78	77,24	0,46
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	60	0,80	0,27	11,19	51,15	5,33
Итого			489	9,78	11,83	49,29	344,83	6,43
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,62	3,52	9,82	77,65	6,25
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	9,25	5,31	2,48	95,41	1,45
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,70	4,70	33,30	198,00	0,00
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,85	3,03	2,59	40,93	1,14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,30	0,11	8,53	40,26	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,36	0,31	15,11	72,71	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,34	37,33	0,00
Итого			653	21,08	16,98	81,17	562,29	8,84
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,97	4,28	8,23	92,50	0,92
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	50	1,90	1,52	24,18	117,98	0,00
Итого			250	6,87	5,80	32,41	210,48	0,92
Ужин								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	220	3,81	3,52	19,44	127,37	16,34
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,94	0,16	12,75	60,18	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	220	0,10	0,00	10,45	42,17	0,02
Итого			465	5,85	3,68	42,64	229,72	16,36
Всего				43,58	38,29	205,51	1 347,32	32,55

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.