

Юрченко Н

/Юрченко Наталья Васильевна/

23 сентября 2026 г.

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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	3,91	5,92	18,86	144,84	0,44
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,58	0,61	10,85	55,31	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,67	0,04	33,24	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,67	1,35	8,54	53,35	0,29
Итого			386	7,18	11,55	38,29	286,74	0,73
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,68	2,46	4,56	48,00	13,20
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	6,81	7,70	4,43	114,16	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	115	2,32	3,32	16,97	107,19	8,38
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,62	1,15	3,09	25,24	1,53
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,62	0,22	10,36	49,86	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	6,45	25,80	0,00
Итого			529	13,05	14,85	45,86	370,25	23,11
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	2,76	2,39	4,58	51,54	0,51
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	25	3,85	5,43	24,44	158,43	0,00
Итого			205	6,61	7,82	29,02	209,97	0,51
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150/30	16,01	14,99	32,36	330,97	0,44
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,70	0,14	11,15	52,63	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,11	0,00	6,71	27,74	0,45
Итого			402	17,82	15,13	50,22	411,34	0,89
Всего				44,66	49,35	163,39	1 278,30	25,24

Повар Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/



МЕНЮ

23 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	4,31	6,46	20,33	157,40	0,48
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,81	0,70	12,44	63,39	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,46	0,03	31,35	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,85	1,50	9,08	57,61	0,32
Итого			429	7,99	12,12	41,88	309,75	0,80
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,70	4,35	8,28	80,00	10,83
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	8,98	10,86	5,79	156,72	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,74	3,78	20,00	125,29	9,88
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,92	2,51	4,62	44,88	2,26
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,12	0,09	7,34	34,63	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,98	0,26	12,67	60,97	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,18	28,71	0,00
Итого			685	17,44	21,85	65,88	531,20	22,97
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	3,85	5,43	24,44	158,43	0,00
Итого			250	3,85	5,43	24,44	158,43	0,00
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	180/40	19,05	16,72	37,94	381,98	0,53
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,70	0,14	11,15	52,63	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	220	0,15	0,00	7,61	31,56	0,50
Итого			462	20,90	16,86	56,70	466,17	1,03
Всего				50,18	56,26	188,90	1 465,55	24,80

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