

Утверждаю



Заведующий
МБ ДОУ № 30
Юрченко Наталья Васильевна

МЕНЮ
25 февраля 2026 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	4,99	7,30	20,67	169,13	0,64
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,75	0,68	11,99	61,13	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,46	1,98	9,50	66,26	0,42
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	57	0,86	0,29	12,00	54,88	5,72
Итого			445	10,09	14,38	54,20	388,80	6,78
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	55	8,06	9,77	5,82	143,22	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,32	3,42	15,98	104,03	7,79
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,63	1,69	3,13	30,37	1,54
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,21	0,29	14,13	67,99	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			538	14,90	17,63	50,07	419,41	22,53
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,05	3,50	6,71	75,56	0,75
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,12	5,82	26,19	169,75	0,00
Итого			200	8,17	9,32	32,90	245,31	0,75
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	130/30	18,41	16,28	36,28	368,48	0,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,03	0,17	13,38	63,15	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,13	0,00	6,74	27,98	0,50
Итого			380	20,57	16,45	56,40	459,61	1,02
Всего				53,73	57,78	193,57	1 513,13	31,08

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

Утверждаю



Заведующий
МБОУ № 30
/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

25 февраля 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		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	5,62	7,77	23,03	185,43	0,71
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,15	0,83	14,71	75,00	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,69	2,21	10,41	72,90	0,48
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	57	0,85	0,28	11,96	54,68	5,70
Итого			491	11,34	15,22	60,15	425,41	6,89
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,59	4,53	7,57	78,22	10,58
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	10,61	12,40	6,86	181,36	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,72	4,08	18,77	122,97	9,15
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,99	2,78	4,75	48,10	2,35
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,32	0,11	8,66	40,85	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,81	0,37	18,02	86,68	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,14	28,55	0,00
Итого			704	20,04	24,27	71,77	586,73	22,08
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,12	5,82	26,19	169,75	0,00
Итого			250	4,12	5,82	26,19	169,75	0,00
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	160/40	22,11	18,90	40,83	425,92	0,62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,03	0,17	13,38	63,15	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	220	0,15	0,00	7,49	31,14	0,59
Итого			450	24,29	19,07	61,70	520,21	1,21
Всего				59,79	64,38	219,81	1 702,10	30,18

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