

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

26 июня 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,10	3,53	15,62	111,55	0,72
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,42	0,55	9,71	49,49	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	165	3,18	2,61	13,75	92,24	0,49
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,36	0,36	8,81	42,27	8,99
Итого			460	9,09	11,18	47,93	332,95	10,20
Обед								
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ	150	4,92	3,48	6,24	76,20	6,00
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	45	7,18	8,63	3,33	119,60	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	1,76	3,26	11,72	83,39	5,67
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,61	2,26	4,01	39,18	6,20
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	11	0,81	0,07	5,30	25,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,80	0,24	11,54	55,52	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	11,83	47,30	0,00
Итого			523	17,08	17,94	53,97	446,19	17,87
Полдник								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	115	2,30	1,73	3,45	55,24	0,81
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,67	3,06	27,74	155,04	0,00
Итого			165	5,97	4,79	31,19	210,28	0,81
Ужин								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,20	5,96	25,52	176,82	0,34
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,06	0,09	6,97	32,89	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,99	2,43	15,24	95,51	0,52
Итого			314	9,25	8,48	47,73	305,22	0,86
Всего				41,39	42,39	180,82	1 294,64	29,74

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.

Утверждаю



Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

26 июня 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,56	3,92	17,36	124,00	0,8
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,67	0,65	11,46	58,42	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,44	2,84	15,80	103,65	0,54
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,36	0,36	8,82	42,30	9,00
Итого			500	10,06	11,90	53,48	365,77	10,34
Обед								
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ	200	6,56	4,64	8,32	101,58	8,00
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	10,02	11,69	4,65	163,77	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	125	2,63	4,58	17,23	119,67	4,24
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,90	3,03	5,63	53,98	9,22
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,32	0,11	8,68	40,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,25	0,30	14,38	69,18	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	14,00	55,96	0,00
Итого			676	23,68	24,35	72,89	605,10	21,46
Полдник								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	115	2,30	1,72	3,45	55,19	0,80
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,60	3,00	27,20	152,00	0,00
Итого			165	5,90	4,72	30,65	207,19	0,80
Ужин								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,93	6,61	34,35	225,05	0,45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,32	0,11	8,68	40,96	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,55	2,91	17,88	112,73	0,62
Итого			397	11,80	9,63	60,91	378,74	1,07
Всего				51,44	50,60	217,93	1 556,80	33,67

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.