

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/



МЕНЮ

26 августа 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	5,14	7,34	21,32	172,64	0,64
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,20	0,46	8,22	41,92	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,44	2,02	9,22	65,31	0,43
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	50	0,37	0,37	9,14	43,85	9,33
Итого			435	9,18	14,32	47,94	361,12	10,40
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,18	2,55	5,80	51,15	12,09
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	7,81	10,36	3,49	138,27	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,54	4,01	17,60	116,87	8,59
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,58	2,00	2,96	32,35	1,46
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,92	0,26	12,29	59,15	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
Итого			549	14,03	19,18	47,95	421,01	22,14
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,65	4,01	7,68	86,43	0,86
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	20	0,89	0,71	11,25	54,90	0,00
Итого			200	5,54	4,72	18,93	141,33	0,86
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150/30	18,23	15,57	32,45	345,84	0,49
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,98	0,16	13,05	61,57	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,13	0,00	7,07	29,28	0,50
Итого			406	20,34	15,73	52,57	436,69	0,99
Всего				49,09	53,95	167,39	1 360,15	34,39

Повар

Мартазева О.С./ Лосева С.Н.

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
26 августа 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	5,60	7,78	22,87	184,78	0,72
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,45	0,56	9,94	50,68	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,70	2,22	10,50	73,37	0,48
2008		БАНАН	50	0,70	0,23	9,86	45,09	4,70
Итого			480	10,48	14,92	53,21	391,32	5,90
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,85	4,53	8,91	84,72	16,61
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	10,39	12,44	4,59	171,76	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2,94	4,08	20,58	131,15	10,07
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,90	2,79	4,56	47,02	2,22
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,35	0,11	8,85	41,76	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,36	0,31	15,12	72,73	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,26	29,02	0,00
Итого			709	19,79	24,26	69,87	578,16	28,90
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,61	4,88	9,29	103,96	2,76
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	50	2,21	1,76	28,13	137,25	0,00
Итого			250	7,82	6,64	37,42	241,21	2,76
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	180/40	21,89	18,59	37,90	410,54	0,58
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,98	0,16	13,05	61,57	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	220	0,15	0,00	7,61	31,63	0,59
Итого			466	24,02	18,75	58,56	503,74	1,17
Всего				62,11	64,57	219,06	1 714,43	38,73

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.