

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

27 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 ОВСЯНОЙ	180	4,56	4,59	13,53	114,26	0,56
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,54	0,04	41,14	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,10	0,00	10,40	42,41	0,41
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,79	46,96	9,99
Итого			485	6,59	10,11	44,04	297,17	10,96
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,19	3,28	11,15	87,91	3,74
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	50	0,27	2,93	1,31	32,86	0,66
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	115	3,69	0,44	23,59	113,11	0,00
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	35	0,50	2,02	3,30	33,69	1,67
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,59	0,21	10,17	48,95	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	12,11	48,38	0,00
Итого			524	9,24	8,88	61,63	364,90	6,07
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	180	3,41	4,54	4,77	73,82	0,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	20	1,18	0,94	15,00	73,20	0,00
Итого			200	4,59	5,48	19,77	147,02	0,00
Ужин								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	200	3,43	3,91	17,29	119,82	14,88
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	18	1,31	0,35	8,44	43,05	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,88	0,18	17,83	75,90	3,53
Итого			418	5,62	4,44	43,56	238,77	18,41
Всего				26,04	28,91	169,00	1 047,86	35,44

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.



Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

27 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								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ОВСЯНОЙ	200	3,98	4,18	13,43	107,88	0,48
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,79	0,69	12,24	62,38	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,54	0,04	41,14	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,13	0,00	11,93	48,73	0,50
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,79	46,94	9,99
Итого			529	6,33	9,81	47,43	307,07	10,97
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,31	4,77	14,95	121,34	5,00
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	70	0,30	3,48	1,46	38,57	0,70
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,36	3,80	24,78	151,21	0,00
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	55	0,76	3,13	4,96	51,40	2,52
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	14,29	57,13	0,00
Итого			655	11,72	15,44	73,16	480,84	8,22
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	200	3,79	5,05	5,30	82,01	0,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,00
Итого			250	6,74	7,40	42,80	265,01	0,00
Ужин								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	220	3,75	4,14	19,18	131,18	16,36
2008	К/К	ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	20	1,47	0,39	9,47	48,32	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	220	0,98	0,20	19,80	84,31	3,92
Итого			460	6,20	4,73	48,45	263,81	20,28
Всего				30,99	37,38	211,84	1 316,73	39,47

Повар _____

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.