

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

27 июля 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,55	2,30	0,15	31,46	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,45	3,01	19,63	119,79	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,36	1,69	1,46	22,61	1,33
к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
Итого			370	8,37	11,86	44,01	316,66	1,35
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,25	5,00	7,32	79,49	5,07
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	60	9,08	11,13	4,55	154,64	0,17
2008	181	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,82	4,82	27,59	172,63	0,00
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	0,84	4,91	6,61	73,81	1,12
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00
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"	150	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
Итого			555	19,12	26,21	71,16	596,63	6,36
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	3,66	3,15	6,05	68,09	0,68
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	20	0,60	1,60	7,30	41,00	0,00
Итого			200	4,26	4,75	13,35	109,09	0,68
Ужин								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	200	3,35	6,15	13,86	124,55	0,39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,76	0,06	5,02	23,68	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,48	2,14	21,20	114,57	0,86
Итого			415	6,59	8,35	40,08	262,80	1,25
Всего				38,34	51,17	168,60	1 285,18	9,64

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

27 июля 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3,44	3,00	19,58	119,49	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,63	2,94	2,55	39,34	2,31
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,07	0,80	14,21	72,44	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,00	0,39	0,00	3,52	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,51	30,52	0,02
Итого			443	11,36	11,73	44,15	328,31	2,33
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,74	5,69	10,51	100,47	6,28
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	80	8,78	6,09	4,04	106,40	0,19
2008	181	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,70	5,70	32,60	204,00	0,00
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	50	1,17	5,09	3,02	62,49	1,56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,17	0,09	7,67	36,22	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,29	0,30	14,66	70,55	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,28	29,13	0,00
Итого			690	20,85	22,96	79,78	609,26	8,03
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,45	3,87	7,37	82,49	2,19
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	50	1,75	4,67	21,30	119,62	0,00
Итого			250	6,20	8,54	28,67	202,11	2,19
Ужин								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	220	3,81	2,46	12,10	86,19	0,42
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	220	2,67	2,30	22,82	123,31	0,92
Итого			460	7,62	4,85	42,45	245,02	1,34
Всего				46,03	48,08	195,05	1 384,70	13,89

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.