



Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

27 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	189	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,25	6,55	15,75	139,47	0,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,66	11,68	59,54	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,50	0,04	40,80	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,14	0,00	9,12	37,58	0,54
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	78	0,31	0,31	7,69	36,86	7,84
Итого			436	6,43	12,02	44,28	314,25	8,78
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,17	1,25	11,02	69,04	3,69
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	50/30	8,99	9,26	11,25	164,65	1,57
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,40	0,40	21,76	104,31	0,00
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,37	0,94	1,35	15,81	2,63
2008		ХЛЕБ ПРИБРЕЖНЫЙ	18	1,36	0,36	8,76	44,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,81	0,24	11,56	55,63	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	8,80	35,18	0,00
Итого			565	19,10	12,45	74,50	489,35	7,89
Полдник								
2008	435	КЕФИР	150	3,44	2,96	4,74	62,83	0,83
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	55	3,77	3,14	28,47	159,08	0,00
Итого			205	7,21	6,10	33,21	221,91	0,83
Ужин								
2008	142	ОВОЩНОЕ РАГУ С КАБАЧКАМИ	200	2,73	5,92	18,58	140,18	23,39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,32	0,11	8,67	40,91	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,92	0,18	18,55	78,96	3,67
Итого			417	4,97	6,21	45,80	260,05	27,06
Всего				37,71	36,78	197,79	1 285,56	44,56

Повар _____

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

27 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	189	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	5,67	9,24	21,66	193,16	0,5
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,04	0,79	13,99	71,30	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,17	0,04	37,85	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,14	0,00	10,37	42,64	0,56
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	78	0,31	0,31	7,67	36,76	7,82
Итого			510	8,19	14,51	53,73	381,71	8,92
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,29	1,96	14,88	95,79	4,97
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	70/40	10,90	10,09	12,49	184,73	1,92
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	3,72	3,24	21,13	128,93	0,00
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,56	1,44	2,09	24,33	3,99
2008		ХЛЕБ ЙОДИРОВАННЫЙ	23	1,71	0,46	10,98	56,04	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,26	0,30	14,49	69,71	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	11,27	45,08	0,00
Итого			727	23,44	17,49	87,33	604,61	10,88
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	4,13	3,56	5,70	75,52	1,00
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	75	5,59	4,66	42,21	235,90	0,00
Итого			255	9,72	8,22	47,91	311,42	1,00
Ужин								
2008	142	ОВОЩНОЕ РАГУ С КАБАЧКАМИ	220	3,00	5,84	20,48	148,44	25,46
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,13	0,17	14,04	66,24	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	220	1,01	0,20	20,43	86,98	4,05
Итого			468	6,14	6,21	54,95	301,66	29,51
Всего				47,49	46,43	243,92	1 599,40	50,31

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.