

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

28 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								
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	18	1,36	0,52	9,30	47,41	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,14	0,03	28,50	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	5,61	22,58	0,01
Итого			383	5,52	7,19	30,56	210,04	0,73
Обед								
2008	81	БОРЩ ВОЛЫНСКИЙ	150	1,22	2,36	4,44	44,63	9,08
2008	25	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	50	8,49	10,83	2,01	139,66	1,54
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	105	1,86	2,52	12,63	80,97	6,13
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,53	7,42	3,13	81,36	1,47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,31	0,11	8,60	40,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,29	0,17	8,28	39,82	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,53	22,12	0,00
Итого			537	14,70	23,41	44,62	449,16	18,22
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	2,91	2,51	4,01	53,13	0,70
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	20	0,60	1,60	7,30	41,00	0,00
Итого			200	3,51	4,11	11,31	94,13	0,70
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ	150/50	9,20	7,18	14,30	160,05	0,56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,31	0,11	8,60	40,60	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,07	0,00	6,16	25,36	0,47
Итого			417	10,58	7,29	29,06	226,01	1,03
Всего				34,31	42,00	115,55	979,34	20,68

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

28 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,56	3,92	17,36	124,00	0,80
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,61	0,62	11,05	56,30	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,98	0,03	27,06	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,04	0,00	6,77	27,25	0,01
Итого			426	6,23	7,52	35,21	234,61	0,81
Обед								
2008	81	БОРЩ ВОЛЫНСКИЙ	200	1,66	2,92	5,99	57,55	12,20
2008	25	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	70	11,39	14,40	2,87	187,10	1,96
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	125	2,58	4,49	16,89	117,31	4,16
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	65	0,81	10,89	4,71	119,90	2,21
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,66	0,13	10,89	51,39	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,82	0,24	11,68	56,20	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	6,69	26,76	0,00
Итого			690	19,92	33,07	59,72	616,21	20,53
Полдник								
2008	435	КЕФИР	200	3,23	2,78	4,45	58,94	0,78
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	50	1,46	3,90	17,78	99,88	0,00
Итого			250	4,69	6,68	22,23	158,82	0,78
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ	180/50	10,98	8,48	17,70	193,09	0,70
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,66	0,13	10,89	51,39	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	220	0,08	0,00	6,89	28,41	0,52
Итого			472	12,72	8,61	35,48	272,89	1,22
Всего				43,56	55,88	152,64	1 282,53	23,34

Повар _____ Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.