

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ
29 июня 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	2,96	5,04	12,71	108,45	0,34
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,65	0,64	11,31	57,64	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,89	0,03	26,18	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,13	0,00	9,50	39,05	0,54
Итого			387	4,76	8,57	33,55	231,32	0,88
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,37	2,79	14,47	92,37	2,63
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	50	6,14	6,55	0,35	84,83	0,00
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	1,90	2,15	4,89	46,40	13,47
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	26	0,21	0,03	0,45	3,45	1,33
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,84	0,07	5,52	26,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,75	0,23	11,23	54,05	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	9,20	36,77	0,00
Итого			517	13,21	11,82	46,11	343,92	17,43
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	3,62	3,11	5,98	67,31	0,67
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	20	0,51	1,36	6,21	34,85	0,00
Итого			200	4,13	4,47	12,19	102,16	0,67
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	5,11	4,62	0,30	63,19	0,00
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	1,92	9,50	12,73	144,95	7,20
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,11	0,09	7,28	34,34	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,64	0,13	12,83	54,61	2,54
Итого			385	8,78	14,34	33,14	297,09	9,74
Всего				30,88	39,20	124,99	974,49	28,72

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

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

29 июня 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	3,24	4,70	13,76	110,69	0,38
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,96	0,76	13,43	68,47	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,75	0,03	24,93	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,15	0,00	10,54	43,45	0,62
Итого			431	5,37	8,21	37,76	247,54	1,00
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,05	3,52	19,13	120,41	3,51
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	70	8,75	9,33	0,50	120,78	0,00
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,21	2,50	5,71	54,14	15,72
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	33	0,26	0,03	0,56	4,28	1,65
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,11	0,09	7,28	34,34	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,18	0,29	13,96	67,17	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	11,23	44,89	0,00
Итого			656	17,56	15,76	58,37	446,01	20,88
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,03	3,47	6,66	74,94	0,74
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	50	1,31	3,50	15,96	89,65	0,00
Итого			250	5,34	6,97	22,62	164,59	0,74
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	5,11	4,62	0,30	63,19	0,00
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	2,57	12,78	16,76	193,60	8,97
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,41	0,11	9,30	43,89	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	220	0,70	0,14	14,09	59,97	2,79
Итого			440	9,79	17,65	40,45	360,65	11,76
Всего				38,06	48,59	159,20	1 218,79	34,38

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.