

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

29 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	4,36	6,55	23,08	169,21	0,47
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	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,19	1,46	10,24	63,20	0,31
Итого			385	8,08	12,72	43,64	322,21	0,78
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,14	4,13	5,33	63,50	10,48
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	55	6,81	10,37	4,99	140,33	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,11	4,61	15,22	110,98	7,49
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,58	4,89	3,41	59,90	1,60
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,76	0,06	5,02	23,68	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	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			545	13,06	24,28	49,41	468,73	19,57
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	2,94	2,53	4,86	54,72	0,54
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	3,72	5,24	23,57	152,78	0,00
Итого			200	6,66	7,77	28,43	207,50	0,54
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	160/40	17,44	19,77	43,43	423,69	0,53
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,76	0,06	5,02	23,68	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
Итого			410	18,30	19,83	58,33	487,27	0,55
Всего				46,10	64,60	179,81	1 485,71	21,44

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.



Заведующий
МБ ДОУ № 30
/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

29 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	4,58	7,01	21,67	168,69	0,51
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,81	0,70	12,38	63,12	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,94	1,58	9,18	59,13	0,34
Итого			429	8,36	13,42	43,27	328,34	0,85
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,76	4,03	8,26	77,27	16,05
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	65	8,39	10,02	5,78	146,67	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	125	2,53	3,83	18,21	117,75	8,97
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	3,47	4,87	53,96	2,28
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,02	0,08	6,73	31,76	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,22	0,30	14,21	68,37	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,04	28,15	0,00
Итого			677	16,75	21,73	65,10	523,93	27,30
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	3,72	5,24	23,57	152,78	0,00
Итого			250	3,72	5,24	23,57	152,78	0,00
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	180/40	16,27	14,85	34,75	340,68	0,45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,02	0,08	6,73	31,76	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	220	0,11	0,00	7,37	29,93	0,02
Итого			453	17,40	14,93	48,85	402,37	0,47
Всего				46,23	55,32	180,79	1 407,42	28,62

Повар _____

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.