

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

1 октября 2025 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	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	150	3,27	2,78	12,00	86,45	0,39
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,58	0,61	10,79	55,02	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,95	0,05	44,88	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,03	3,43	12,20	96,73	0,70
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	70	0,26	0,26	6,38	30,62	6,51
Итого			395	9,17	12,03	41,42	313,70	7,60
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,35	2,17	9,92	64,98	4,06
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	140	9,15	9,60	6,17	149,05	20,43
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,10	0,01	0,30	1,70	1,21
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,37	0,11	9,03	42,63	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,38	0,32	15,26	73,43	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
Итого			524	14,35	12,21	47,46	358,88	25,70
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,03	4,35	8,33	93,76	0,93
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	20	1,06	0,85	13,50	65,88	0,00
Итого			200	6,09	5,20	21,83	159,64	0,93
Ужин								
2012	450	ОЛАДЫ С ИЗЮМОМ	100/30	6,63	9,96	45,92	299,98	0,24
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,07	0,09	7,03	33,15	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,08	0,00	6,94	28,05	0,02
Итого			324	7,78	10,05	59,89	361,18	0,26
Всего				37,39	39,49	170,60	1 193,40	34,49

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

1 октября 2025 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	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	180	3,98	3,76	14,90	110,06	0,47
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,93	0,75	13,24	67,50	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	5,24	0,05	47,52	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,48	2,14	21,20	114,57	0,86
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	70	0,26	0,26	6,35	30,47	6,48
Итого			461	8,68	12,15	55,74	370,12	7,81
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,82	2,37	13,37	82,52	5,39
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	160	12,00	11,85	7,57	186,53	24,40
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,16	0,02	0,51	2,87	2,05
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,74	0,14	11,45	54,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,99	0,40	19,15	92,14	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,86	31,41	0,00
Итого			658	18,71	14,78	59,91	449,52	31,84
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,10	5,30	10,10	113,00	3,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	45	2,65	2,11	33,71	164,48	0,00
Итого			245	8,75	7,41	43,81	277,48	3,00
Ужин								
2012	450	ОЛАДЬИ С ИЗЮМОМ	130/30	11,90	16,91	81,15	524,42	0,24
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,74	0,14	11,45	54,05	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,11	0,00	7,40	29,98	0,02
Итого			383	13,75	17,05	100,00	608,45	0,26
Всего				49,89	51,39	259,46	1 705,57	42,91

Повар _____ Алекса О.С.