

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

8 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	4,38	6,01	18,97	148,27	0,54
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,35	0,52	9,25	47,16	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,30	0,03	29,92	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,04	1,68	7,60	54,10	0,36
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	53	0,21	0,21	5,18	24,82	5,28
Итого			376	8,00	11,72	41,03	304,27	6,18
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,68	2,46	4,56	48,00	13,20
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	55	7,48	10,04	3,99	136,06	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,53	4,00	17,50	116,39	8,54
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	35	0,61	1,99	2,79	31,64	1,40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	0,99	0,08	6,52	30,79	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,12	0,28	13,56	65,27	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			545	15,41	18,85	55,70	455,24	23,14
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,08	3,52	6,76	76,09	0,76
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,12	5,82	26,19	169,75	0,00
Итого			200	8,20	9,34	32,95	245,84	0,76
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	110/30	13,61	13,37	31,22	301,72	0,43
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	0,99	0,08	6,52	30,79	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
Итого			333	14,70	13,45	44,72	360,80	0,45
Всего				46,31	53,36	174,40	1 366,15	30,53

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

8 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	5,14	7,09	21,41	170,92	0,65
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,58	0,61	10,85	55,31	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,66	0,04	33,23	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,44	2,01	9,81	67,64	0,43
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	53	0,21	0,21	5,15	24,72	5,26
Итого			439	9,39	13,58	47,26	351,82	6,34
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,75	4,60	8,54	83,55	10,95
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	9,93	12,01	5,11	167,99	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,94	4,09	20,51	130,91	10,03
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	55	0,94	2,72	4,26	45,39	2,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,29	0,10	8,49	40,06	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,68	0,36	17,17	82,59	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,53	30,10	0,00
Итого			692	19,53	23,88	71,61	580,59	23,11
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,61	4,88	9,29	103,96	2,76
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	4,12	5,82	26,19	169,75	0,00
Итого			250	9,73	10,70	35,48	273,71	2,76
Ужин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150/30	16,71	15,33	36,21	352,48	0,51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,29	0,10	8,49	40,06	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,11	0,00	7,15	29,04	0,02
Итого			397	18,11	15,43	51,85	421,58	0,53
Всего				56,76	63,59	206,20	1 627,70	32,74

Повар _____ Алекса О.С.