

Утверждаю

Н.В. Юрченко



Заведующий
МБ ДОУ № 30
Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

11 сентября 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	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	70/30	14,07	9,54	27,60	255,23	0,29
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,83	0,71	12,56	64,04	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,58	0,04	41,56	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,67	2,24	8,41	65,12	0,44
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	45	0,51	0,17	7,19	32,85	3,42
Итого			324	19,11	17,24	55,80	458,80	4,15
Обед								
2008	81	БОРЩ ВОЛЫНСКИЙ	150	1,89	2,87	8,08	66,87	16,96
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	90	9,11	4,83	3,32	93,77	1,31
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	1,96	3,32	13,32	91,15	6,47
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,29	2,19	0,90	24,41	1,49
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,36	0,11	8,92	42,10	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,06	0,27	13,19	63,45	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	6,45	25,80	0,00
Итого			589	16,67	13,59	54,18	407,55	26,23
Полдник								
2008	435	КЕФИР	160	4,76	4,10	6,57	87,01	1,15
	К/К	ЗЕФИР	20	0,16	0,02	15,96	65,20	0,00
Итого			180	4,92	4,12	22,53	152,21	1,15
Ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,42	2,94	13,02	93,00	0,60
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,02	0,08	6,69	31,58	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	6,79	28,46	0,66
Итого			343	4,59	3,02	26,50	153,04	1,26
Всего				45,29	37,97	159,01	1 171,60	32,79

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

11 сентября 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	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	90/30	18,02	12,12	31,81	311,90	0,33
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,12	0,82	14,55	74,18	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,50	0,04	40,80	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,16	2,66	10,43	79,21	0,54
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	45	0,51	0,17	7,18	32,81	3,42
Итого			378	23,84	20,27	64,01	538,90	4,29
Обед								
2008	81	БОРЩ ВОЛЫНСКИЙ	200	2,62	4,45	11,76	99,07	23,42
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	10,12	4,98	3,58	100,40	1,44
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,75	4,80	18,03	125,21	4,44
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,44	3,33	1,36	37,06	2,24
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,64	0,13	10,82	51,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	2,85	0,38	18,28	87,94	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	8,05	32,17	0,00
Итого			735	20,42	18,07	71,88	532,90	31,54
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	5,27	4,54	7,26	96,23	1,27
	К/К	ЗЕФИР	50	0,40	0,05	39,90	163,00	0,00
Итого			230	5,67	4,59	47,16	259,23	1,27
Ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,56	3,92	17,36	124,00	0,80
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,64	0,13	10,82	51,05	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,16	0,00	7,54	31,44	0,69
Итого			422	6,36	4,05	35,72	206,49	1,49
Всего				56,29	46,98	218,77	1 537,52	38,59

Повар _____ Алекса О.С.