

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

16 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	150	4,43	4,12	13,05	107,43	0,50
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,69	0,65	11,57	58,95	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,66	3,11	11,47	89,51	0,64
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	60	0,94	0,31	13,11	59,92	6,24
Итого			387	10,75	12,32	49,24	353,21	7,38
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,38	1,85	10,16	63,19	4,08
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	140	10,73	11,31	2,34	154,02	12,35
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,56	0,85	3,30	23,02	1,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,27	0,10	8,36	39,47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,21	0,29	14,13	67,99	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			530	16,15	14,40	44,74	373,49	17,98
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,62	3,98	7,64	85,99	0,85
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	14	0,84	0,67	10,63	51,85	0,00
Итого			194	5,46	4,65	18,27	137,84	0,85
Ужин								
2012	450	ОЛАДЫ С ИЗЮМОМ	100/30	6,52	8,82	45,54	287,54	0,25
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12	0,95	0,08	6,27	29,60	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,13	0,00	6,76	28,15	0,58
Итого			322	7,60	8,90	58,57	345,29	0,83
Всего				39,96	40,27	170,82	1 209,83	27,04

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30
/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

16 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	180	5,32	4,77	15,47	126,74	0,60
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,05	0,79	14,04	71,55	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,38	2,05	20,31	109,75	0,82
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	62	0,93	0,31	13,06	59,70	6,22
Итого			454	10,71	12,05	62,92	405,14	7,64
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,86	2,06	13,69	81,17	5,46
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	160	16,32	16,24	5,56	233,83	15,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	1,68	4,92	38,02	2,30
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,59	0,13	10,49	49,49	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	2,72	0,36	17,39	83,68	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	8,07	32,25	0,00
Итого			662	23,32	20,47	60,12	518,44	22,76
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,55	4,82	9,19	102,83	2,73
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	36	2,14	1,71	27,21	132,79	0,00
Итого			236	7,69	6,53	36,40	235,62	2,73
Ужин								
2012	450	ОЛАДЫ С ИЗЮМОМ	130/30	12,80	15,21	86,65	534,84	0,25
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,59	0,13	10,49	49,49	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,15	0,00	7,55	31,47	0,67
Итого			381	14,54	15,34	104,69	615,80	0,92
Всего				56,26	54,39	264,13	1 775,00	34,05

Повар _____ Алекса О.С.