

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

19 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 ЯЧНЕВОЙ	150	4,09	3,55	13,56	103,18	0,54
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	2,79	2,34	8,61	67,45	0,47
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	70	0,31	0,31	7,57	36,32	7,73
Итого			399	9,05	11,49	42,34	312,55	8,74
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,37	1,25	8,44	50,75	4,90
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,54	10,00	5,07	140,29	0,33
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	40	0,31	1,78	1,29	22,86	1,09
2012	415	КАША РИСОВАЯ	110	1,88	2,93	19,72	112,76	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,62	1,15	1,26	18,85	9,92
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,27	0,10	8,36	39,47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,13	0,28	13,66	65,72	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	15,12	17,49	64,25	476,50	16,24
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,36	3,75	7,21	81,07	0,80
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	4,27	2,45	23,26	132,11	0,00
Итого			200	8,63	6,20	30,47	213,18	0,80
Ужин								
2008	142	ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ	150	3,81	4,65	19,83	138,91	16,91
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,02	0,08	6,69	31,58	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,11	0,00	6,67	27,13	0,02
Итого			363	4,94	4,73	33,19	197,62	16,93
Всего				37,74	39,91	170,25	1 199,85	42,71

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю



Заведующий

МБ ДОУ № 30

Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

19 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 ЯЧНЕВОЙ	180	4,86	4,62	15,56	124,12	0,64
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,12	0,82	14,54	74,13	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,23	0,04	38,31	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,29	2,77	10,32	80,12	0,56
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	0,31	0,31	7,59	36,38	7,74
Итого			473	10,61	12,75	48,05	353,06	8,94
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,72	2,00	10,44	66,89	6,40
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	10,53	14,26	6,80	197,65	0,46
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0,42	1,85	1,74	25,97	1,50
2012	415	КАША РИСОВАЯ	130	2,27	2,96	23,84	131,06	0,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	55	0,94	1,52	3,51	32,90	14,89
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,27	0,10	8,36	39,47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,67	0,36	17,11	82,33	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,44	29,74	0,00
Итого			742	19,82	23,05	79,24	606,01	23,25
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,94	4,26	8,18	91,99	0,91
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	60	4,80	1,10	31,89	156,40	0,00
Итого			260	9,74	5,36	40,07	248,39	0,91
Ужин								
2008	142	ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ	180	4,54	5,71	23,59	167,07	20,65
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,27	0,10	8,36	39,47	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,11	0,00	7,66	31,06	0,02
Итого			397	5,92	5,81	39,61	237,60	20,67
Всего				46,09	46,97	206,97	1 445,06	53,77

Повар _____ Алекса О.С.