

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30
Юрченко Наталья Васильевна

МЕНЮ

25 ноября 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,74	4,92	21,97	151,60	0,39
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,55	0,60	10,60	54,04	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,58	0,03	23,38	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	7,47	30,23	0,02
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	56	0,83	0,28	11,67	53,34	5,56
Итого			412	7,24	8,38	51,74	312,59	5,97
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,50	2,90	14,99	96,21	2,77
2008	115	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	140	11,90	10,55	23,28	235,69	0,62
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	32	0,26	0,03	0,55	4,23	1,63
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12	0,95	0,08	6,27	29,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,94	0,26	12,45	59,91	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	9,08	36,29	0,00
Итого			513	17,55	13,82	66,62	461,93	5,02
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,13	3,56	6,84	76,93	0,76
2012	467	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	4,25	3,00	27,19	152,56	0,00
Итого			200	8,38	6,56	34,03	229,49	0,76
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,56	2,31	0,15	31,59	0,00
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	1,94	10,40	12,50	152,46	7,67
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12	0,95	0,08	6,27	29,60	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,89	0,18	17,99	76,59	3,56
Итого			342	6,34	12,97	36,91	290,24	11,23
Всего				39,51	41,73	189,30	1 294,25	22,98

Повар

Мартазаева О.С. / Лосева С.Н.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

25 ноября 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,66	5,05	26,31	174,04	0,46
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,83	0,71	12,52	63,80	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,52	0,02	22,88	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	8,97	36,26	0,02
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	55	0,83	0,28	11,64	53,20	5,54
Итого			414	8,44	8,56	59,46	350,18	6,02
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,55	4,56	19,90	134,90	3,68
2008	115	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	160	13,65	11,76	26,92	268,07	0,71
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	41	0,33	0,04	0,70	5,32	2,05
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,27	0,10	8,38	39,56	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,44	0,32	15,61	75,11	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	10,48	41,88	0,00
Итого			635	21,24	16,78	81,99	564,84	6,44
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,95	4,27	8,19	92,13	0,92
2012	467	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	70	5,44	3,95	37,77	207,98	0,00
Итого			250	10,39	8,22	45,96	300,11	0,92
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,11	4,62	0,30	63,19	0,00
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	2,69	13,93	16,63	204,03	10,03
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,60	0,13	10,51	49,59	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,99	0,20	20,02	85,24	3,96
Итого			421	10,39	18,88	47,46	402,05	13,99
Всего				50,46	52,44	234,87	1 617,18	27,37

Повар

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.