



Заведующий
МБ ДОУ № 30
/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

28 мая 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	4,84	5,52	23,13	162,11	0,39
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,73	0,67	11,86	60,46	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,17	0,03	28,77	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,33	2,97	0,00	36,62	0,07
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,71	2,30	11,71	79,05	0,47
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	0,27	0,27	6,64	31,83	6,77
Итого			398	11,90	14,90	53,37	398,84	7,70
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,56	2,75	14,86	94,53	2,71
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	140	13,32	14,55	22,88	275,76	0,85
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	35	0,55	2,35	3,46	37,96	8,77
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,50	0,33	15,98	76,88	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	11,91	47,64	0,00
Итого			513	18,93	19,98	69,09	532,77	12,33
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	130	3,98	5,31	5,57	86,23	0,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	25	1,45	1,16	18,46	90,09	0,00
Итого			155	5,43	6,47	24,03	176,32	0,00
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,56	2,31	0,15	31,59	0,00
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	125	2,02	9,76	12,79	148,10	7,87
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,05	0,17	13,51	63,76	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,88	0,18	17,71	75,42	3,51
Итого			352	7,51	12,42	44,16	318,87	11,38
Всего				43,77	53,77	190,65	1 426,80	31,41

Повар _____ Алекса О.С.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

28 мая 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	5,80	5,38	27,76	183,31	0,46
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,06	0,80	14,12	71,98	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,90	0,03	26,30	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,49	4,44	0,00	54,75	0,11
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,26	2,76	14,90	98,31	0,56
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	70	0,27	0,27	6,64	31,82	6,77
Итого			477	14,90	16,55	63,45	466,47	7,90
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,38	3,92	19,82	128,15	3,62
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	15,26	16,50	26,09	313,80	0,96
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	55	0,84	2,90	1,76	37,83	13,21
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	47	3,14	0,42	20,08	96,60	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	14,26	56,99	0,00
Итого			642	22,62	23,74	82,01	633,37	17,79
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	180	5,31	7,07	7,43	114,97	0,00
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	30	1,82	1,45	23,16	113,02	0,00
Итого			210	7,13	8,52	30,59	227,99	0,00
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	5,11	4,62	0,30	63,19	0,00
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,78	12,70	16,91	194,97	10,54
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,72	0,22	17,92	84,58	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,97	0,19	19,67	83,73	3,89
Итого			406	11,58	17,73	54,80	426,47	14,43
Всего				56,23	66,54	230,85	1 754,30	40,12

Повар _____ Алекса О.С.