

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/



МЕНЮ

5 июня 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ ЯЧНЕВОЙ	180	3,93	3,70	12,13	98,11	0,53
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,66	11,65	59,38	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,30	0,03	29,91	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,88	3,30	12,67	96,80	0,69
Итого			388	9,53	10,96	36,48	284,20	1,22
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПКОЙ	150	1,26	2,74	7,75	60,95	4,63
	25	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	60	15,30	19,23	2,79	245,65	1,84
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,48	0,41	22,34	107,09	0,00
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,31	0,02	2,93	13,48	0,49
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,17	0,10	7,69	36,31	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,77	0,23	11,30	54,39	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			552	23,29	22,73	61,25	543,67	6,96
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,12	3,56	6,83	76,82	0,76
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	20	0,72	1,92	8,76	49,20	0,00
Итого			200	4,84	5,48	15,59	126,02	0,76
Ужин								
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	3,18	13,27	20,64	216,23	12,56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,86	0,07	5,69	26,83	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,09	0,00	7,93	32,09	0,02
Итого			415	4,13	13,34	34,26	275,15	12,58
Всего				41,79	52,51	147,58	1 229,04	21,52

Повар _____ Мартазаева О.С. / Лосева С.Н.

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

5 июня 2026 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ ЯЧНЕВОЙ	200	4,39	4,06	13,76	109,87	0,59
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,01	0,78	13,75	70,09	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,21	0,03	29,14	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,51	2,16	21,45	115,88	0,86
Итого			432	8,93	10,21	48,99	324,98	1,45
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПНОЙ	200	1,69	3,49	10,22	79,27	6,23
	25	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	70	19,05	23,79	3,33	303,84	2,35
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,17	0,49	26,73	128,17	0,00
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,46	0,04	3,94	18,43	0,73
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,43	0,12	9,38	44,29	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,24	0,30	14,31	68,87	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,42	29,65	0,00
Итого			683	29,04	28,23	75,33	672,52	9,31
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,94	4,29	8,18	91,53	2,43
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	50	1,81	4,82	21,99	123,53	0,00
Итого			250	6,75	9,11	30,17	215,06	2,43
Ужин								
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	220	3,50	14,71	22,50	237,81	13,87
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,17	0,10	7,69	36,31	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	220	0,11	0,00	8,39	34,01	0,02
Итого			460	4,78	14,81	38,58	308,13	13,89
Всего				49,50	62,36	193,07	1 520,69	27,08

Повар _____ Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.