

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

# МЕНЮ

11 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,10	3,53	15,62	111,55	0,72
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,37	0,53	9,42	48,03	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,67	0,04	33,24	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,34	1,95	7,85	59,00	0,38
<b>Итого</b>			<b>383</b>	<b>7,83</b>	<b>9,68</b>	<b>32,93</b>	<b>251,82</b>	<b>1,10</b>
<b>Обед</b>								
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ	150	4,92	3,48	6,24	76,20	6,00
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	5,98	9,21	3,33	120,03	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	1,86	3,22	13,26	89,70	6,50
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,61	3,92	2,90	49,72	6,20
2008	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,76	0,06	5,02	23,68	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	5,37	21,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>537</b>	<b>15,90</b>	<b>20,12</b>	<b>47,42</b>	<b>435,22</b>	<b>18,70</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	180	3,56	3,07	4,91	65,11	0,86
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	20	0,95	0,76	12,08	58,97	0,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>4,51</b>	<b>3,83</b>	<b>16,99</b>	<b>124,08</b>	<b>0,86</b>
<b>Ужин</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ	200	11,99	10,88	18,30	221,46	0,74
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,02	0,08	6,69	31,58	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,13	0,00	5,68	23,91	0,61
<b>Итого</b>			<b>413</b>	<b>13,14</b>	<b>10,96</b>	<b>30,67</b>	<b>276,95</b>	<b>1,35</b>
<b>Всего</b>				<b>41,38</b>	<b>44,59</b>	<b>128,01</b>	<b>1 088,07</b>	<b>22,01</b>

Повар \_\_\_\_\_

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.

Утверждаю



Заведу  
МБ ДОУ

/Юрченко Наталья Василь

# МЕНЮ

11 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,56	3,92	17,36	124,00	0,80
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,63	0,63	11,16	56,88	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,67	0,04	33,24	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,55	2,15	8,63	64,73	0,43
<b>Итого</b>			<b>427</b>	<b>8,76</b>	<b>10,37</b>	<b>37,19</b>	<b>278,85</b>	<b>1,23</b>
<b>Обед</b>								
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ	200	6,56	4,64	8,32	101,58	8,00
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	8,27	12,53	4,59	164,05	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,90	5,05	18,99	131,88	4,68
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,90	5,06	3,95	65,52	9,14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,30	0,11	8,52	40,20	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,20	0,29	14,06	67,63	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	6,11	24,44	0,00
<b>Итого</b>			<b>690</b>	<b>22,13</b>	<b>27,68</b>	<b>64,54</b>	<b>595,30</b>	<b>21,82</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	200	3,95	3,40	5,45	72,16	0,95
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	50	2,41	1,92	30,69	149,77	0,00
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>6,36</b>	<b>5,32</b>	<b>36,14</b>	<b>221,93</b>	<b>0,95</b>
<b>Ужин</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ	220	13,14	12,07	20,87	247,27	0,85
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,30	0,11	8,52	40,20	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	220	0,14	0,00	6,44	26,97	0,62
<b>Итого</b>			<b>457</b>	<b>14,58</b>	<b>12,18</b>	<b>35,83</b>	<b>314,44</b>	<b>1,47</b>
<b>Всего</b>			<b>1474</b>	<b>51,83</b>	<b>55,55</b>	<b>173,70</b>	<b>1410,52</b>	<b>25,47</b>

Повар \_\_\_\_\_

Мартазаева О.С./ Лосева С.Н.