

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

15 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,29	7,54	35,77	240,73	0,52
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,18	0,04	37,89	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,17	0,01	12,97	53,56	0,92
Итого			425	8,99	12,31	59,06	384,58	1,44
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,59	4,45	20,13	134,97	3,68
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	50	10,58	11,29	0,60	146,10	0,00
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	105	2,70	3,05	6,96	66,06	19,18
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,12	0,09	7,38	34,83	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,19	0,29	14,04	67,55	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	13,96	55,79	0,00
Итого			633	20,58	19,22	63,92	511,80	25,36
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	50	3,00	8,00	36,50	205,00	0,00
Итого			250	8,63	12,85	45,81	309,76	1,04
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,11	4,62	0,30	63,19	0,00
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	175	3,04	17,82	18,92	249,80	10,60
2008	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,41	0,11	9,25	43,67	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	220	1,10	0,22	22,22	94,60	4,40
Итого			453	10,66	22,77	50,69	451,26	15,00
Всего				48,86	67,15	219,48	1 657,40	42,84

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

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

15 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,55	7,84	31,94	225,22	0,48
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,36	0,04	39,57	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,00	11,75	48,42	0,80
Итого			385	8,23	12,78	54,01	365,61	1,28
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,81	3,97	15,25	108,10	2,76
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	35	7,56	8,06	0,43	104,40	0,00
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	90	2,28	2,59	5,89	55,92	16,23
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	11	0,85	0,07	5,61	26,46	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,75	0,23	11,22	53,99	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	11,39	45,53	0,00
Итого			502	15,57	14,96	50,47	399,60	20,99
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	20	1,20	3,20	14,60	82,00	0,00
Итого			200	6,26	7,57	22,98	176,28	0,94
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,11	4,62	0,30	63,19	0,00
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,23	12,08	14,35	176,46	8,27
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,12	0,09	7,38	34,83	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Итого			405	9,46	16,99	42,23	360,48	12,27
Всего				39,52	52,30	169,69	1 301,97	35,48

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