

Утверждаю



Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна

МЕНЮ

17 июня 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ОВСЯНОЙ)	180	3,49	4,05	11,27	95,98	0,41
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,41	0,54	9,64	49,13	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	120	3,57	2,90	16,49	107,43	0,52
Итого			324	8,50	11,62	37,44	289,94	0,93
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,34	3,26	9,96	74,82	4,02
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,65	1,88	3,19	32,53	1,58
2012	261	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ	60	7,39	2,48	7,22	80,94	0,08
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,82	3,98	28,18	167,55	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,05	0,09	6,90	32,56	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,78	0,24	11,39	54,81	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	11,49	45,96	0,00
Итого			551	17,03	11,93	78,33	489,17	5,68
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	112	3,14	2,72	5,21	58,60	0,58
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	10	0,59	0,47	7,50	36,60	0,00
Итого			122	3,73	3,19	12,71	95,20	0,58
Ужин								
2012	450	ОЛАДЬИ С ИЗЮМОМ	140/40	9,06	15,71	69,20	454,88	0,40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,05	0,09	6,90	32,56	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,17	0,00	13,11	53,91	0,80
Итого			394	10,28	15,80	89,21	541,35	1,20
Всего				39,54	42,54	217,69	1 415,66	8,38

Повар _____

Мартазаева О.С. / Лосева С.Н.