

Утверждаю



Заведующий
МБ ДОУ № 30
/Юрченко Наталья Васильевна

МЕНЮ
24 июня 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,30	4,49	20,46	139,92	0,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,90	0,73	13,00	66,26	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,36	0,04	39,57	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,82	2,18	15,40	93,14	0,47
Итого			360	9,05	11,76	48,90	338,89	0,87
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,68	2,46	4,56	48,00	13,20
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	105	5,93	7,82	14,28	151,53	7,27
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	35	0,62	1,75	2,50	28,19	1,28
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,17	0,09	7,67	36,21	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,91	0,25	12,22	58,79	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			484	11,31	12,37	52,62	368,25	21,75
Полдник								
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	46	3,83	5,41	24,34	157,77	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120	0,60	0,12	12,12	51,60	2,40
Итого			166	4,43	5,53	36,46	209,37	2,40
Всего				24,79	29,66	137,98	916,51	25,02

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

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 30

/Юрченко Наталья Васильевна/

МЕНЮ

24 июня 2026 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,77	6,90	27,40	195,45	0,53
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,18	0,04	37,92	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,14	2,43	17,21	103,82	0,52
Итого			435	11,19	14,38	60,07	415,79	1,05
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,51	4,10	7,30	72,79	10,00
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	125	7,14	9,24	17,19	180,86	8,78
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,93	2,46	3,74	40,70	1,92
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,41	0,32	15,42	74,19	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	13,89	55,53	0,00
Итого			611	13,52	16,24	67,58	471,43	20,70
Полдник								
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	46	3,83	5,41	24,34	157,77	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	144	0,72	0,14	14,58	62,07	2,89
Итого			190	4,55	5,55	38,92	219,84	2,89
Всего				29,26	36,17	166,57	1 107,06	24,64

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