



Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
/Уварова В.Б./

МЕНЮ

28 мая 2025 г.

Ясли с 1 до 3-х лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2007		КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/2	3,9	4,6	14,9	118	0,4
2016	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,4	4,4	14,7	109	0
2016	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	0,2		8,1	33	0
Итого			347	6,5	9	37,7	260	0,4
Обед								
2002	5	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	150/7	2,9	3,6	8	78	5,8
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	55	9	3,1	5	84	0,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,3	4,8	16,5	119	8,1
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			492	16,2	11,8	48	365	14,5
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	15,5	25,6	2,9	304	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,2	0,1	13,3	53	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
Итого			370	18,9	27,9	50,8	527	0
Всего				41,6	48,7	136,5	1152	14,9

Медицинская сестра

Волкова А.И,

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
/Уварова В.Б./



МЕНЮ

28 мая 2025 г.

Сад с 3-х до 7 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2007		КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5	5,3	6,1	19,8	156	0,5
2016	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,6	5,3	15,8	121	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3		7,4	31	0
Итого			441	8,2	11,4	43	308	0,5
Обед								
2002	5	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	200	3,8	7,4	12,1	134	8,4
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	70	11,4	4,5	9	121	0,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,1	4,5	21,6	139	10,5
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	42	2,8	0,4	17,7	85	0
Итого			642	21,1	16,8	68,2	510	19,5
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	15,5	25,6	2,9	304	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	32	2,4	3,1	23,5	132	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
Итого			412	19,6	28,9	53,9	554	0
Всего				48,9	57,1	165,1	1372	20

Медицинская сестра _____ Волкова А.И.