



Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Луварова В.Б./

МЕНЮ

29 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								
2003		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/2	3,2	3,8	17,5	118	0,4
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2007		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	0,1		6,4	26	0
Итого			347	4,9	8,1	33,7	229	0,4
Обед								
2008	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ)	150	3,2	5,2	11,3	107	6,1
2008	311	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА	65	18,7	19,7	10,4	292	1,1
2016	354	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	85	2,4	2,4	10,3	75	21,8
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			480	26,3	27,6	50,5	558	29
Полдник								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	145	3,1	11,3	11,7	162	10,04
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	15	84	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	11,7	47	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	30	2,6	0,3	29,5	131	0
Итого			345	7,4	13,7	67,9	424	10,04
Всего				38,6	49,4	152,1	1211	39,44

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

Луварова В.Б./

МЕНЮ

29 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								
2003		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/3	4,4	5	23,3	157	0,5
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3		7,4	31	0
Итого			439	6	15,1	39,7	320	0,5
Обед								
2008	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ)	200	4	6,8	13,6	133	8,7
2008	311	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА	75	21,4	22,9	11,7	336	1,2
2016	354	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,3	5,9	10,1	105	23,4
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	40	2,7	0,4	17	82	0
Итого			615	30,4	36	60,2	687	33,3
Полдник								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	145	2,1	4,1	13,5	99	11,4
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	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			395	6,1	7,2	63,3	342	11,4
Всего				42,5	58,3	163,2	1349	45,2

Медицинская сестра

Волкова А.И.