



Заведующий
Детский сад № 62
Уварова В.Б./

МЕНЮ

3 марта 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/3	3,9	5,3	29,3	181	0,1
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		7,2	29	0
Итого			358	5,7	9,6	46,3	295	0,1
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	2,8	5,6	9,3	104	3,6
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	50/50	11	26,2	3,4	295	1
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,3	5,1	28,5	185	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			540	22,1	37,2	59,7	668	4,6
Полдник								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	2	4	11,9	93	10,2
2008	467	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	3,3	6,2	27,9	180	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			380	8,1	10,6	81	451	10,2
Всего				35,9	57,4	187	1414	14,9

Медицинская сестра

Волкова А.И.,

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Иварова В.Б./



МЕНЮ

3 марта 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/5	5,3	8	39,6	252	0,2
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8			7,9	31	0
Итого			429	6,6	18,1	56,5	415	0,2
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2	3,5	12,7	92	5
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	50/50	10,9	26,2	3,2	293	0,8
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,1	4	32,8	179	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	40	2,7	0,4	17,1	83	0
Итого			670	18,7	34,1	73,6	678	5,8
Полдник								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	145	1,9	4	11,6	91	10,1
2008	467	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	60	4	7,4	33,5	216	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	41	3,5	0,4	40,1	178	0
Итого			446	9,4	11,8	93,1	516	10,1
Всего				34,7	64	223,2	1609	16,1

Медицинская сестра

Волкова А.И.,