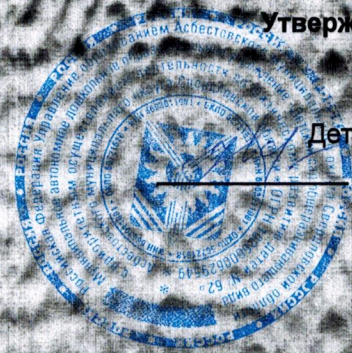




Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Гуварова В.Б./

МЕНЮ

4 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								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/3	4	4,7	14,3	116	0,4
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2016	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,3		7,3	30	0
Итого			358	5,9	9	31,4	231	0,4
II Завтрак								
2008	442	СОК	200	1		14,6	62	344
Итого			200	1		14,6	62	344
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150/6	3,3	5,6	10,7	110	9,2
2008		БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60	16,2	16,8	8,2	247	0,6
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	100	2,6	2,4	18,8	107	9,3
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			496	24,1	25,1	56,2	548	19,1
Полдник								
2007	1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	150	18,3	11,6	14,2	237	0,4
2002	60	КИСЕЛЬ	50			5,7	22	0
2016	413	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,9	24	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	30	2,6	0,3	29,5	131	0
Итого			380	20,9	11,9	55,3	414	0,4
Всего				51,9	46	157,5	1255	363,9

2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150/6	3,3	5,6	10,7	110	9,2
2008		БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60	16,2	16,8	8,2	247	0,6
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	100	2,6	2,4	18,8	107	9,3
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			496	24,1	25,1	56,2	548	19,1
Полдник								
2007	1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	150	18,3	11,6	14,2	237	0,4
2002	60	КИСЕЛЬ	50			5,7	22	0
2016	413	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,9	24	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	30	2,6	0,3	29,5	131	0
Итого			380	20,9	11,9	55,3	414	0,4
Всего				51,9	46	157,5	1255	363,9

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

/Уварова В.Б./

МЕНЮ

4 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								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/3	8,8	9,2	34,7	257	1,29
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3		8,4	35	0
Итого			439	10,4	19,3	52,1	424	1,29
II Завтрак								
2008	442	СОК	200	1		14,6	62	344
Итого			200	1		14,6	62	344
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	4,3	5	15,8	130	13
2008		БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	18,9	21,2	10	306	0,8
2008	335	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3,4	5,3	22	149	10,6
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	40	2,7	0,4	17	82	0
Итого			640	29,3	31,9	72,6	698	24,4
Полдник								
2007	1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	160	23	14,8	15	289	0,4
2002	60	КИСЕЛЬ	60			8,4	34	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	40	3,4	0,3	39,3	174	0
Итого			460	26,4	15,1	70,6	528	0,4
Всего				67,1	66,3	209,9	1712	370,09

Медицинская сестра

Волкова А.И.

2007	1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	160	23	14,8	15	289	0,4
2002	60	КИСЕЛЬ	60			8,4	34	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	40	3,4	0,3	39,3	174	0
Итого			460	26,4	15,1	70,6	528	0,4
Всего				67,1	66,3	209,9	1712	370,09

Медицинская сестра

Волкова А.И.