

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

/Уварова В.Б./

МЕНЮ

10 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	28,9	179	0,1
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	175			5,9	24	0
Итого			353	5,5	9,6	44,6	288	0,1
Обед								
2016	73	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150/7	1,3	2,4	5,2	50	7,3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	140	9	22,8	13,4	295	6,8
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			477	12,3	25,5	37,1	429	14,1
Полдник								
2007		КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/2	3,9	4,6	14,9	118	0,4
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,2	3,8	30,8	173	0,1
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			392	10	8,7	78,7	431	0,5
Всего				27,8	43,8	160,4	1148	14,7

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 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	5,2	7,9	38,3	246	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	6,5	18	55,2	409	0,2
Обед								
2016	73	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,8	5,2	8,7	94	10,6
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	190	11,8	24,4	28,3	381	14,3
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
Итого			628	16,1	29,9	60,9	584	24,9
Полдник								
2007		КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5	5,2	6	19,7	155	0,5
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,3	6	30,7	194	0,1
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	23	2	0,2	22,7	101	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
Итого			478	11,5	12,2	81	481	0,6
Всего				34,1	60,1	197,1	1474	25,7

2016	73	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,8	5,2	8,7	94	10,6
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	190	11,8	24,4	28,3	381	14,3
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
Итого			628	16,1	29,9	60,9	584	24,9
Полдник								
2007		КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5	5,2	6	19,7	155	0,5
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,3	6	30,7	194	0,1
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	23	2	0,2	22,7	101	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
Итого			478	11,5	12,2	81	481	0,6
Всего				34,1	60,1	197,1	1474	25,7

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Медицинская сестра

Волкова А.И.