

Утверждаю

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



# МЕНЮ

11 февраля 2025 г.

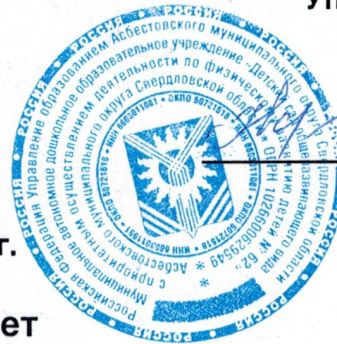
Ясли с 1 до 3-х лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2007		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/3	3,5	4,3	15,8	117	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
<b>Итого</b>			<b>348</b>	<b>5,2</b>	<b>8,6</b>	<b>32</b>	<b>228</b>	<b>0,4</b>
<b>Обед</b>								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,9	5,1	12,6	115	11,5
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	9,3	12	11	188	0,4
2016	332	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,6	2,8	27,4	145	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,5	2,9	2,2	37	0,6
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
<b>Итого</b>			<b>580</b>	<b>18,3</b>	<b>23,1</b>	<b>71,7</b>	<b>569</b>	<b>12,5</b>
<b>Полдник</b>								
2016	249	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	150	18,4	14,6	19,6	286	0,3
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	25	1,7	2	13,5	80	0,1
2016	413	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	25	2,1	0,2	24,6	109	0
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>22,2</b>	<b>16,8</b>	<b>63,5</b>	<b>498</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>45,7</b>	<b>48,5</b>	<b>167,2</b>	<b>1295</b>	<b>13,3</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Волкова А.И.

Утверждаю

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



# МЕНЮ

11 февраля 2025 г.

Сад с 3-х до 7 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2007		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/3	5,9	8	26,7	203	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
<b>Итого</b>			<b>439</b>	<b>7,5</b>	<b>18,1</b>	<b>44,1</b>	<b>370</b>	<b>1,29</b>
<b>Обед</b>								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	4,3	5,5	15,2	134	12,6
2002	25	КУРА ОТВАРНАЯ ПОРЦИОННАЯ	70	19,7	5	0,6	127	12,6
2016	332	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	8,8	32,3	220	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,5	2,9	2,2	37	0,6
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	40	2,6	0,4	16,9	81	0
<b>Итого</b>			<b>670</b>	<b>30,2</b>	<b>22,6</b>	<b>75</b>	<b>630</b>	<b>25,8</b>
<b>Полдник</b>								
2016	249	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	145	21,5	17,4	20,5	328	0,4
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	35	2,4	2,8	18,6	110	0,1
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,9	32	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	43	3,7	0,4	42,3	187	0
<b>Итого</b>			<b>423</b>	<b>27,7</b>	<b>20,6</b>	<b>89,3</b>	<b>657</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>65,4</b>	<b>61,3</b>	<b>208,4</b>	<b>1657</b>	<b>27,59</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Волкова А.И.