



Утверждаю

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

МЕНЮ

27 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		
Завтрак								
2002	46	КАША "ДРУЖБА"	150/3	4	4,8	18,2	133	0,5
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			348	5,7	9,1	34,4	244	0,5
Обед								
2016	110	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	150	1,7	2,1	11,1	72	8,3
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА С РИСОМ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	60/25	18,7	20,8	5	281	0,9
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,7	3,2	20,8	127	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			515	26,1	26,4	55,4	564	9,2
Полдник								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	140	2,5	3,1	11,4	85	9
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	45	3,2	1,9	23,9	127	0
2016	413	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	30	2,6	0,3	29,5	131	0
Итого			365	8,3	5,3	70,6	366	9
Всего				40,1	40,8	160,4	1174	18,7

Медицинская сестра

Волкова А.И.



Утверждаю

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



МЕНЮ
 27 февраля 2025 г.
 Сад с 3-х до 7 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2002	46	КАША "ДРУЖБА"	200/3	5,9	6,2	27,7	191	0,7
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	7,5	16,3	45,1	358	0,7
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	2,4	6,1	12,9	123	9
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА С РИСОМ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	70/30	23,6	25,7	13	377	1,1
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,4	3,8	25	153	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	41	2,7	0,4	17,2	83	0
Итого			661	33,1	36	75,9	767	10,1
Полдник								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	150	3,1	4,2	13,4	104	11,5
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	45	3,2	1,9	23,9	127	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200/8			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	40	3,4	0,3	39,3	174	0
Итого			443	9,7	6,4	84,5	436	11,5
Всего				50,3	58,7	205,5	1561	22,3

Медицинская сестра Волкова А.И.

