

Утверждаю

Заведующий  
Детский сад № 62  
Гварова В.Б./



# МЕНЮ

28 февраля 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		
<b>Завтрак</b>								
2016	199	КАША ЯЧНЕВАЯ	150/2	2,1	2,3	15,5	91	0,1
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
<b>Итого</b>			<b>357</b>	<b>3,8</b>	<b>6,6</b>	<b>32,3</b>	<b>204</b>	<b>0,1</b>
<b>Обед</b>								
2008	22	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150/6	1,4	4,2	7,9	79	4
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,1	14,3	9,2	213	0,5
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	55	1,4	2,3	39,6	42	9,68
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	60	1,2	2,4	8,5	61	4,1
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>521</b>	<b>18,1</b>	<b>23,5</b>	<b>83,7</b>	<b>479</b>	<b>18,28</b>
<b>Полдник</b>								
2016	231	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	9,2	10,7	1,9	140	0,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	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
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>14,3</b>	<b>14</b>	<b>65,4</b>	<b>443</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>36,2</b>	<b>44,1</b>	<b>181,4</b>	<b>1126</b>	<b>18,58</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Волкова А.И.



Утверждаю

Заведующий  
Детский сад № 62  
Ауварова В.Б./



# МЕНЮ

28 февраля 2025 г.

Сад с 3-х до 7 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>								
2016	199	КАША ЯЧНЕВАЯ	200	3,1	3,7	21,1	130	0,2
2016	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,5	5,3	15,5	120	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8			7,9	31	0
<b>Итого</b>			<b>424</b>	<b>5,6</b>	<b>9</b>	<b>44,5</b>	<b>281</b>	<b>0,2</b>
<b>Обед</b>								
2008	22	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	2,5	3,2	15,8	105	8
2002	25	КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	91	25,7	6,6	0,7	166	16,38
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	60	1,2	2,4	8,5	61	4,1
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	60	1,5	2,5	43,2	46	10,56
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	39	2,6	0,3	16,4	79	0
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>33,5</b>	<b>15</b>	<b>92,4</b>	<b>488</b>	<b>39,04</b>
<b>Полдник</b>								
2016	229	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	11,8	19,1	2,3	227	0,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,7	105	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	40	3,5	0,3	39,8	176	0
<b>Итого</b>			<b>445</b>	<b>17,2</b>	<b>21,9</b>	<b>68,7</b>	<b>539</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>56,3</b>	<b>45,9</b>	<b>205,6</b>	<b>1308</b>	<b>39,44</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Волкова А.И.