

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

/Уварова В.Б./

MEHIO

11 апреля 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								
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
Итого			357	3,8	6,6	32,3	204	0,1
Обед								
2008	22	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	145/6	2,2	4,3	12,3	100	6,1
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,9	14,1	9,2	210	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
Итого			516	18,7	23,4	88,1	497	20,38
Полдник								
2016	231	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	125	7,9	9,4	1	121	0,1
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
Итого			335	13	12,7	64,5	424	0,1
Всего				35,5	42,7	184,9	1125	20,58

Медицинская сестра

Волкова А.И,

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

Уварова В.Б./

МЕНЮ

11 апреля 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								
2016	199	КАША ЯЧНЕВАЯ	200	2,5	3,2	20,3	119	0,1
2016	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,4	5,3	14,8	117	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8			7,9	31	0
Итого			424	4,9	8,5	43	267	0,1
Обед								
2008	22	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,4	4,1	19,9	135	9,9
2002	25	КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	90	25,5	6,5	0,7	164	16,25
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	38	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			648	34,1	15,8	96,3	515	40,81
Полдник								
2016	229	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	13,1	20,3	2,2	244	0,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ	28	2,1	2,7	20,9	117	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	39	3,4	0,3	38,8	172	0
Итого			437	18,6	23,3	69,8	564	0,2
Всего				57,6	47,6	209,1	1346	41,11

Медицинская сестра

Волкова А.И.