



МЕНЮ

17 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								
2003		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/2	3,2	3,8	17,5	118	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
Итого			347	4,9	8,1	33,7	229	0,4
Обед								
2008	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ)	150	2,5	4,8	8	88	6,9
2008	311	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА	50	13,8	14,7	10,4	229	0,9
2016	354	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	105	2,2	2,4	10,9	75	16,1
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			485	20,5	22,2	47,8	476	23,9
Полдник								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	40	0,8	7,6	6,4	98	3,8
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	11,6	19,2	2,2	228	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			340	15,2	27,2	49,8	504	3,8
Всего				40,6	57,5	131,3	1209	28,1

Медицинская сестра

Волкова А.И,

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Гварова В.Б./



МЕНЮ

17 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								
2003		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/3	4,2	4,9	23	154	0,5
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3		7,4	31	0
Итого			439	5,8	15	39,4	317	0,5
Обед								
2008	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ)	200	3,4	6,2	11	116	9
2008	311	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА	65	17,9	19,2	11,3	289	1,2
2016	354	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	105	1,8	5,9	9,1	98	13,8
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	37	2,5	0,3	15,8	76	0
Итого			607	25,6	31,6	55	610	24
Полдник								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	50	1	9,2	7,8	119	4,6
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14,5	23,9	2,7	284	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
Итого			420	17,2	33,3	38,1	521	4,6
Всего				48,6	79,9	132,5	1448	29,1

Медицинская сестра Волкова А.И.