

Утверждаю

Заведующий

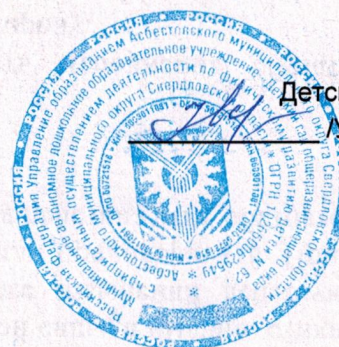
Детский сад № 62

Уварова В.Б./

МЕНЮ

19 марта 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								
2007		КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/2	3,9	4,6	14,9	118	0,4
2016	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,4	4,4	14,7	109	0
2016	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	0,2		8,1	33	0
Итого			347	6,5	9	37,7	260	0,4
Обед								
2002	5	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	150/7	2,7	3,5	6,9	73	5,1
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	45/50	9,6	22,9	3,4	260	1
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,3	5,1	28,5	185	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			542	20,6	31,8	57,3	602	6,1
Полдник								
1991	37	ГОРОШНИЦА	150	3,1	5,4	20,3	141	5
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,2	0,1	13,3	53	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
Итого			360	6,5	7,7	68,2	364	5
Всего				33,6	48,5	163,2	1226	11,5

Медицинская сестра

Волкова А.И.,

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

/Уварова В.Б./

МЕНЮ

19 марта 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								
2007		КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5	5,7	6,4	20,2	162	0,6
2016	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,3	14,3	114	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3		7,4	31	0
Итого			441	8,3	11,7	41,9	307	0,6
Обед								
2002	5	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	200	3,6	6,6	10,8	118	7,8
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	50/50	11,2	26,8	3,2	300	0,8
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,1	4	32,8	179	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	37	2,5	0,3	15,9	76	0
Итого			667	20,4	37,7	70,5	704	8,6
Полдник								
1991	36	ГОРОШНИЦА	200	4,1	7,2	27	188	6,65
2008		ПЕЧЕНЬЕ	31	2,3	3,1	23,2	130	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	21	1,8	0,2	21	93	0
Итого			452	8,2	10,5	79,1	442	6,65
Всего				36,9	59,9	191,5	1453	15,85

Медицинская сестра

Волкова А.И,