

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

Гварова В.Б./

МЕНЮ

21 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								
2016	182	КАША ВЯЗКАЯ "АРТЕКОВСКАЯ"	170	3,7	4,4	21,7	141	0,3
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	11,7	47	0
Итого			345	5,5	8,8	43,2	273	0,3
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	150	3	1,8	24,8	128	3
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	65	10,6	11,6	13,2	200	0,5
2016	218	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,5	2,8	22,6	130	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
Итого			503	19,6	16,5	82,5	559	3,5
Полдник								
2007		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/3	2,9	3,8	14,6	103	0,3
2008		ПЕЧЕНЬЕ	21	1,6	2,1	15,8	89	0
2016	413	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,9	24	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
Итого			344	6,2	6,1	56	303	0,3
Всего				31,3	31,4	181,7	1135	4,1

Медицинская сестра

Волкова А.И,

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Уварова В.Б./



МЕНЮ

21 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								
2016	182	КАША ВЯЗКАЯ "АРТЕКОВСКАЯ"	205	4	5	25,7	164	0,3
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			5,9	24	0
Итого			441	5,3	15,1	40,6	320	0,3
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	200	5	5,5	38,3	223	10,5
2002	25	КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	85	23,9	6,1	0,7	154	15,25
2016	218	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	7,7	30,7	211	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
Итого			653	36,3	19,6	93,6	697	25,75
Полдник								
2007		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/3	3,4	4,1	19,1	127	0,3
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			6,9	28	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
Итого			453	7,4	7,2	68	367	0,3
Всего				49	41,9	202,2	1384	26,35

Медицинская сестра Волкова А.И.