

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Иуварова В.Б./

МЕНЮ

24 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/3	3,9	5,3	28,9	179	0,1
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	175			5,9	24	0
Итого			353	5,5	9,6	44,6	288	0,1
Обед								
2016	73	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150/7	1,4	2,4	5,6	52	7,4
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР	60	13,4	6,8	3,8	129	1,51
2016	340	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,7	2,4	19,7	112	9,7
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
Итого			507	19,5	11,9	47,6	377	18,61
Полдник								
2007		КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/2	3,9	4,6	14,9	118	0,4
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,2	3,8	30,8	173	0,1
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			392	10	8,7	78,7	431	0,5
Всего				35	30,2	170,9	1096	19,21

Медицинская сестра Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Уварова В.Б./

МЕНЮ

24 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/5	5,2	7,9	38,1	245	0,2
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8			7,9	31	0
Итого			429	6,5	18	55	408	0,2
Обед								
2016	73	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	2	4,9	9,4	94	10,8
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР	70	17,4	17,4	11,7	273	0,7
2016	339	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,4	4,2	24,6	150	12,1
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	39	2,6	0,3	16,6	80	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
Итого			639	25,4	26,8	70,1	628	23,6
Полдник								
2007		КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5	5,2	6	19,7	155	0,5
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,2	6	30,3	192	0,1
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
Итого			475	11,1	12,2	77,6	465	0,6
Всего				43	57	202,7	1501	24,4

Медицинская сестра

Волкова А.И,