



Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
/Уварова В.Б./

МЕНЮ

25 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	3,4	3,5	17,8	117	0,4
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	5,1	7,8	34,6	230	0,4
Обед								
2008	22	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150/6	1,4	1,3	7,9	53	4
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	10,6	9,9	9,2	167	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			511	16,6	16,2	83,7	407	18,28
Полдник								
2016	231	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	8,4	9,9	1,8	129	0,2
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			360	13,5	13,2	65,3	432	0,2
Всего				35,2	37,2	183,6	1069	18,88

Медицинская сестра

Волкова А.И.



МЕНЮ

25 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	7	8,1	34,6	242	1,29
2016	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,4	5,3	14,5	115	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8			7,9	31	0
Итого			424	9,4	13,4	57	388	1,29
Обед								
2008	22	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	225	3,2	1,1	20,1	104	10
2002	25	КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	84	23,7	6,1	0,7	153	15,12
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	65	1,3	2,4	9,2	64	4,4
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	41	2,7	0,4	17,3	83	0
Итого			675	32,4	12,5	98,3	481	40,08
Полдник								
2016	229	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	12,3	19,4	2,9	236	0,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ	42	3,1	4,1	31	174	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	42	3,6	0,4	41,4	183	0
Итого			464	19	23,9	83,2	624	0,2
Всего				60,8	49,8	238,5	1493	41,57

Медицинская сестра

Волкова А.И.