

Утверждаю

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



МЕНЮ

28 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	199	КАША ЯЧНЕВАЯ	150/2	2,7	2,8	16,3	101	0,2
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	4,4	7,1	33,1	214	0,2
Обед								
2008	22	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150/6	1,4	4,2	7,9	79	4
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	55	9,3	11,5	9,2	177	0,4
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			506	15,3	20,7	83,7	443	18,18
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				33,2	41	182,1	1089	18,58

Медицинская сестра Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий

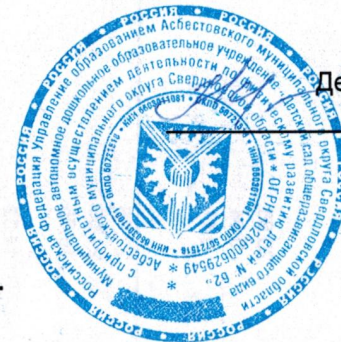
Детский сад № 62

/Уварова В.Б./

МЕНЮ

28 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	199	КАША ЯЧНЕВАЯ	200	3,2	3,8	21,3	132	0,2
2016	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,4	5,3	14,9	117	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8			7,9	31	0
Итого			424	5,6	9,1	44,1	280	0,2
Обед								
2008	22	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	2,7	4	16,1	117	8
2002	25	КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	77	21,7	5,5	0,6	140	13,86
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	60	1,2	2,4	8,5	61	4,1
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	38	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			635	29,6	14,7	92,4	473	36,52
Полдник								
2016	229	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	12,6	19,7	2,9	240	0,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ	27	2	2,7	20,3	114	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	44	3,7	0,4	43	190	0
Итого			451	18,3	22,8	74,1	575	0,2
Всего				53,5	46,6	210,6	1328	36,92

Медицинская сестра

Волкова А.И,