

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 апреля 2025 г.

Ясли с 1 до 3-х лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/3	4	4,7	14,3	116	0,4
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2016	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,3		7,3	30	0
Итого			358	5,9	9	31,4	231	0,4
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150/6	3,3	5,6	10,7	110	9,2
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	50/50	9	21,2	4,5	246	1,3
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	100	2,6	2,4	18,8	107	9,3
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			536	16,9	29,5	52,5	547	19,8
Полдник								
2007	1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	135	15,8	10,3	13,8	213	0,4
2002	60	КИСЕЛЬ	50			5,7	22	0
2016	413	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,9	24	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	30	2,6	0,3	29,5	131	0
Итого			365	18,4	10,6	54,9	390	0,4
Всего				41,2	49,1	138,8	1168	20,6

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Гуварова В.Б./**МЕНЮ**
29 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								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/3	8,8	9,2	34,7	257	1,29
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3		8,4	35	0
Итого			439	10,4	19,3	52,1	424	1,29
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	4,3	5,6	15,3	137	12,8
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	45/50	9	21,6	3,7	247	0,9
2008	335	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3,4	5,3	22	149	10,6
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	40	2,6	0,4	16,9	81	0
Итого			665	19,3	32,9	65,7	645	24,3
Полдник								
2007	1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	140	19	13	14,2	255	0,4
2002	60	КИСЕЛЬ	60			8,4	34	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	40	3,5	0,3	39,8	176	0
Итого			440	22,5	13,3	70,3	496	0,4
Всего				52,2	65,5	188,1	1565	25,99

Медицинская сестра

Волкова А.И.