

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Луварова В.Б./



МЕНЮ

1 августа 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	1,5	1,8	14,5	80	0
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	3,2	6,1	31,3	193	0
Обед								
2008	22	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	145/6	1,3	4,2	7,6	77	3,9
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	40	7,3	9,6	8,6	150	0,3
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	55	1,4	2,3	39,6	42	9,68
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	50	1	2,2	8,1	57	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			476	13	18,6	82,4	410	17,98
Полдник								
2016	231	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	7,5	9,1	0,4	114	0
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			350	12,6	12,4	63,9	417	0
Всего				28,8	37,1	177,6	1020	17,98

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Иварова В.Б./



МЕНЮ

1 августа 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	1,9	2,7	19,3	109	0
2016	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,5	5,3	15,2	119	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8			7,9	31	0
Итого			424	4,4	8	42,4	259	0
Обед								
2008	22	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	190	2,5	3,4	15,2	105	7,8
2002	25	КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	70	19,7	5	0,6	127	12,6
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	50	1	2,2	8,1	57	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	39	2,6	0,3	16,6	80	0
Итого			609	27,3	13,4	91,5	446	35,06
Полдник								
2016	229	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	9,9	17,4	0,7	199	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	3	22,6	127	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	42	3,6	0,4	41,5	184	0
Итого			432	15,8	20,8	72,7	541	0
Всего				47,5	42,2	206,6	1246	35,06

Медицинская сестра _____ Волкова А.И.,