

Утверждаю



Заведующий
Детский сад № 62
Уварова В.Б./

МЕНЮ

1 ноября 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	2,7	3,6	14,1	99	0,2
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	4,3	7,9	29,8	208	0,2
Обед								
2016	73	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150/7	1,5	2,4	6,8	57	8,1
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР	90	23,4	24,1	6,4	335	1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	159	3,5	5	25,8	163	12,8
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
Итого			586	30,4	31,8	57,5	639	21,9
Полдник								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/3	2,8	4,2	28,9	164	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			343	4,7	4,5	61,9	304	0,1
Всего				39,4	44,2	149,2	1151	22,2

Медицинская сестра Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

Уварова В.Б./

МЕНЮ

1 ноября 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	4,4	6,3	20,1	157	0,4
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	5,7	16,4	37	320	0,4
Обед								
2016	73	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	2	5,2	9,9	99	11,2
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР	100	26	26,3	9,5	378	1,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	169	3,9	4,7	27,8	169	13,7
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	39	2,6	0,3	16,4	79	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
Итого			708	34,5	36,5	71,4	756	26
Полдник								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/3	4,4	5	23,3	157	0,5
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			423	6,1	5,2	50,9	275	0,5
Всего				46,3	58,1	159,3	1351	26,9

Медицинская сестра Волкова А.И.