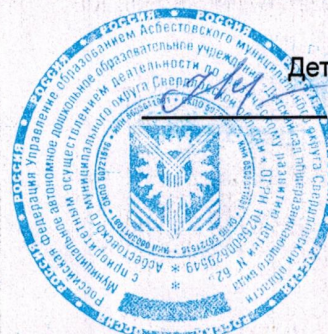


Утверждаю

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



МЕНЮ

10 октября 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	1,9	2,1	15,1	87	0,1
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	3,6	6,4	31,9	200	0,1
Обед								
2008	22	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	145/6	1,2	4,2	7,2	75	3,7
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,7	9,9	9,2	157	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			496	13,5	19,1	83	419	17,88
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				30,6	38,7	180,2	1051	18,18

Медицинская сестра

В

Волкова А.И.

Утверждаю



Заведующий
Детский сад № 62
Уварова В.Б./

МЕНЮ

10 октября 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	2,2	3	19,8	114	0
2016	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,6	5,3	15,7	121	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8			7,9	31	0
Итого			424	4,8	8,3	43,4	266	0
Обед								
2008	22	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	185	2,2	3,2	14,2	97	7,3
2002	25	КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	70	19,7	5	0,6	127	12,6
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	41	2,7	0,4	17,3	83	0
Итого			616	27,3	13,5	91,6	445	34,56
Полдник								
2016	229	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	11	18,3	2,1	217	0,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,4	18,4	103	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	39	3,3	0,3	38	168	0
Итого			434	16,2	21	66,4	519	0,2
Всего				48,3	42,8	201,4	1230	34,76

Медицинская сестра

В

Волкова А.И.,